龘凡论坛
BBS.CRSKY.COM

分享数码 您的创作潜力！

数码摄影工坊

儿童摄影

PHOTOGRAPHING CHILDREN

PHOTO WORKSHOP

[美] Ginny Felch
Allison Tyler Jones 著
张 波 译

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

VISIT…

数码摄影工坊——

儿童摄影

PHOTOGRAPHING CHILDREN

PHOTO WORKSHOP

观察儿童会让我们联想到自己的童年，让我们非常想留住那些时光。虽然数码技术已经足以让人们轻松拍摄出满意的照片，但是本书还是要介绍一些例外情况——如何展示童年的本质。

“我希望您能从本书中找到灵感并获得鼓舞，让您在拍摄的照片中能够捕捉到儿童的灵魂。”

——Ginny Felch

- 培养自信和独特的视角；
- 了解如何在多种照明情况下拍摄美丽的照片；
- 提高自己的观察技能并学习如何与拍摄对象进行交流；
- 了解如何选用合适的器材；
- 掌握为所有年龄段的孩子拍摄出色的肖像照片的方法。

Ginny Felch

她在童年就得到了一台Brownie相机，并且从那时候迷上了摄影。她因拍摄儿童肖像作品，多次出色的展览、演讲和大量的杂志照片而被人们所熟知。

Allson Tyler Jones

她的亚利桑那州工作室专门从事儿童肖像和反映家庭成员间关系作品的拍摄工作。她已经与他人合著了两本有关摄影的书籍，并且是一位受人尊敬的摄影讲师。

封面设计：胡平利

分类建议：艺术 / 摄影

人民邮电出版社网址：www.ptpress.com.cn

ISBN 978-7-115-19108-3

9 787115 191083 >

ISBN 978-7-115-19108-3/J

定价：55.00 元

PHOTOGRAPHING
CHILDREN
PHOTO WORKSHOP

数码摄影工坊——
儿童摄影

[美] Ginny Felch
Allison Tyler Jones 著
张 波 译

人民邮电出版社
北京

图书在版编目（CIP）数据

数码摄影工坊. 儿童摄影 / （美）费克（Felch, G.），（美）琼斯（Jones, A. T.）著；张波译. —北京：人民邮电出版社，2009.2
ISBN 978-7-115-19108-3

Ⅰ. 数… Ⅱ. ①费…②琼…③张… Ⅲ. ①数字照相机—摄影技术②儿童—人像摄影—摄影技术 Ⅳ. TB86 J413

中国版本图书馆CIP数据核字（2008）第169277号

版 权 声 明

Ginny Felch, Allison Tyler Jones
Photographing Children Photo Workshop: Develop Your Digital Photography Talent
Copyright © 2007 by Wiley Publishing, Inc., Indianapolis, Indiana
All right reserved. This translation published under license.
Authorized translation from the English language edition published by Wiley Publishing, Inc..

本书中文简体字版由Wiley Publishing公司授权人民邮电出版社出版，专有出版权属于人民邮电出版社。

数码摄影工坊——儿童摄影

◆ 著 [美] Ginny Felch Allison Tyler Jones
译 张 波
责任编辑 李 际
执行编辑 翟 磊

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号
邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn
网址 http://www.ptpress.com.cn
北京盛通印刷股份有限公司印刷

◆ 开本：880×1230 1/24
印张：10.167
字数：344 千字 2009 年 2 月第 1 版
印数：1－4 000 册 2009 年 2 月北京第 1 次印刷

著作权合同登记号 图字：01-2008-1562 号

ISBN 978-7-115-19108-3/J

定价：55.00 元

读者服务热线：(010)67132705 印装质量热线：(010)67129223
反盗版热线：(010)67171154

内容提要

儿童是最美丽的拍摄对象之一，儿童摄影也是最具挑战性的工作之一。本书作者利用其丰富的经验为我们展示了儿童摄影的世界，书中首先介绍了儿童摄影艺术，并从儿童摄影的角度介绍了摄影知识、如何观察和使用光线、照片构图、摄影风格，以及如何调动拍摄对象的表情和情感；然后介绍了拍摄不同年龄段儿童的技巧，以及儿童摄影师的摄影器材和后期处理技巧。

本书由资深摄影师撰写，书中不仅介绍了作者的大量经验，而且包括了大量的示例照片，图文并茂，富于激情和创意，让您可以充分领略如何在各种情况下拍摄美丽的儿童。

本书适合各层次的专业和业余摄影人员阅读参考。

关于作者

Ginny Felch出生于20世纪50年代，她的父亲曾经给了她一台Brownie相机。人们对她的敏感性和构图灵感的赞美一直鼓舞着她。对新英格兰地区美丽景色的怀念，Ginny母亲对美的独特眼光，以及她本人对艺术和设计方面的审美感，都对她在摄影行业中获得成功有很大帮助。Ginny在学习了数年的黑白摄影后，接受培训并成为一名婚礼摄影师。之后，她对儿童的喜爱（由于她对儿子Zachary的喜爱而显现出来）激发了她的职业灵感，她从此开始拍摄儿童肖像。

她以Virginia Clayton的名义展示并讲授了自己如何成为美国职业摄影师协会的摄影大师，以及如何得到一些著名摄影师（包括Marie Cosindas、Morley Baer、Ruth Bernhard、Robert Farber、Sara Moon和Josef Karsh）的指导。

与父母共事并返回自己的家后不久，Ginny面临了丧子之痛，她要接受15岁的儿子在一场车祸中丧生的惨剧。之后不久，她在1991年奥克兰发生的大火中失去自己的家和所有财产，这是极具挑战性和急需勇气的康复与恢复之旅的开始。她能够活下来并恢复对生活的信心，与她的丈夫Will和他的家庭成员之间亲密的关系是分不开的。

Ginny最终又开始了她的儿童摄影师生活，她发现能够成为儿童生活中的喜悦和感激的一部分是非常感人和有意义的事情。Ginny被自然光在各种拍摄对象上营造出的意境和雕塑感，以及地方感和永恒感所鼓舞着。她的儿童肖像以具有这些品质而闻名，当然还有她的热情以及与儿童交流及相处的能力。

她的摄影哲学是：摄影首先需要想象力、创造性和激情，然后才是器材和技术。但最重要的是，Ginny一直在寻找美丽的东西。下面是她最喜欢的一段文字。

“美是高贵并且不受他人影响的，它能让我们从渺小和消极中走出来；美还会将我们带回到美好的回忆中。美是现实与理想之间的桥梁。并非所有东西都是美丽的；但是如

果我们具有优美高雅的眼光，就可以在很多意想不到的地方发现美。”——John O’Donohue

Allison Tyler Jones是一位居住在亚利桑那州Mesa的职业摄影师。她是亚利桑那州她最爱的Memory Lane Photo and Paper Arts商店的合伙拥有者，以及*Designing with Photos and Expressions: Taking Extraordinary Photos for Your Scrapbook and Memory Art*的合著者。Allison还编辑了一本摘录性质的畅销书*Quote, Unquote Vol.1*。2005年从她的零售商店退休后，Allison开办了她的摄影工作室Allison Tyler Jones Photography, Inc.，并专门拍摄儿童和家庭关系肖像作品。

Allison在美国和国际上多次讲授摄影课程。她的灵感来自于拍摄对象的个性以及对象之间的相互关系。

致　谢

首先，我要感谢Robert Farber邀请我编写一本可激发人们儿童摄影灵感的书籍。编写期间他不停地鼓励我，让我将重点主要放在摄影创意上，而不是技术上。我深信他和我分享了他的摄影激情，以及有关突出创意方面的知识。

Judith Farber是我的邻居，也是我的朋友，在这本书的编写期间与我意气相投。我在无法确定某些方面时多次向她请教，她会很热情地帮助我，向她请教后我就会发现眼前豁然开朗。

当然，没有Kim Spilker的支持和帮助，本书也不会出版。作为我的组稿编辑，她所做的工作已经超出了她的职责范围，在编写过程中她一直在支持我、鼓励我并帮助我。

开始编写本书后不久我认识到，我实际上已经失去很多1991年（当时我家的房子被烧为平地）以前拍摄的照片。鉴于这个原因以及我想展示其他人的不同摄影风格和观点，我邀请其他摄影师为本书提供照片。其中有很多人响应了我，我为此激动不已，并且他们的照片也让我深受鼓舞。这一次让我眼界大开！感谢Deidre Lingenfelter、Linda Murray Lapp、Joyce Wilson、Lizbeth Guerrina、Marybeth McCormack、Amy Melious、Pat Stroud、Gail Nogle、Marianne Drenthe、Matt Reoch、Patrisha McLean、Melanie Sikma、Scarlett、Rick Chapman、Wendi Hiller、Tina Wilson、Sherman Hines、Theresa Smerud、Karma Wilson、Heather Jacks和Amanda Keys。感谢你们在很短的时间内提供了所需的照片。我也很高兴在此期间认识了一些非常出色的新朋友。

我非常感谢我所有的客户，他们非常慷慨地让我拍摄他们的孩子，之后我和他们的友谊更深了。重新联系过去的老客户让这个过程从终点又回到起点，并且是让我恢复正常生活的一个重要部分。再次翻看30年前的照片就像重新发现已经丢失的珍宝一样。

我丈夫Will在过去的6个月中表现出超常的耐心和容忍。我在此承诺，在他认真工作时，我再也不会像过去那样大声抱怨了。感谢我的家人和我珍视的朋友对我的支持以及肯定地对我说“你能行！”。在我需要空间时，你们为我留出空间，并在整个编写过程中给我鼓励，这对我的作用比你们想象的要大很多。你们对我一些章节的反馈意见也让我获益匪浅。

Harold Ober Associates的Jake Elwell是我的侄子，也是我最亲密的朋友，感谢你给予我

信心，让我能面对一份约稿合同，并且让我没有跑掉。你在出版业务中的经验以及对我的了解，都让我非常相信你的建议。

我提到我的狗Gracie了吗？由于没有了海滩的散步和叼球游戏，它在变胖的时候是多么有耐心。我想如果我因为焦虑过度而生病，只需紧紧地抱着它就能让我的血压迅速降下来！

感谢Deidre Lingenfelter自我记事起就鼓励我写书。你的爱和支持陪伴我很长的时间。我的朋友Linda Lapp Murray是我的第一个导师，在富有创意的工作中我们仍旧是亲密的朋友和合作伙伴。

在我面对生活中的欢乐和挑战时，Marty London睿智的语句始终在我的脑海中回响。Gail Graham热情的反馈和对锻炼的鼓励一直在激励着我（我从明天开始锻炼）。Ginny Otis和我的姐姐Barbara Steele也为我提供了有用的建议和反馈。

我非常高兴本书最终能够出版，我深深地感谢所有的人。

Ginny Felch

前　言

1987年，Josef Karsh为我写下了以下的内容。

“我刚刚回来并找到了你迷人的作品。我发现你拍摄这些作品时的眼光非常敏锐。你设法捕捉到了青春期孩子的不确定本质，这是一件非常难的事情。对于你如何让父母和儿童对拍摄做好心理准备，我也非常感兴趣。我极力建议你编写一本有关儿童摄影的书籍。”

童年绝对是个奇迹，几乎没有人对此抱有否定态度。儿童本身的天真无邪、真实、自发性、古怪或离奇的念头，一直都是人类历史上各种散文、诗歌和绘画的主题。自从艺术和摄影出现后，对儿童的描绘就一直是个流行并且充满激情的探险。

让人激动不已的方面在于，儿童摄影是一个长期并且充满乐趣的职业。我一直想和那些热爱儿童摄影的人分享我的激情和技术。我知道很多人由于摄影方面的技术挑战和器材原因而放弃了儿童摄影或感到气馁。

对于那些因为害怕或胆怯而退缩的人，我为他们感到遗憾。我相信这种恐惧或挑战都是人为制造出来的，而某些相机器材制造商、摄影书籍作者和摄影教师又为这种恐惧感添油加醋。

不要误解我的意思，通过学习确实可以了解如何更好地拍摄出色的照片，但是您的想象力、激情和个人品味都会在作品中留下深深的烙印。这让我很兴奋地认识到，我也可以鼓励人们怀着极大的幸福，用心和自己的激情去拍摄儿童。无论是讲授、指导儿童摄影内容，还是自己进行拍摄，这始终是我的观点。

即使我在暗房中工作时，我对拍摄过程中的神秘和神奇体验仍怀有兴趣。看到图像从浸在水中的纸上浮现出来，这对我而言仍旧是个奇迹！通过镜头查看场景，甚至是在Photoshop中处理图像时，我仍旧感到了其中的不可思议。我不太想知道为什么会发生这些事情，我更想知道的是如何让我的图像更为出色。

我希望您从本书中找到灵感并获得鼓励，并促使您在拍摄的照片中能够捕捉到儿童的灵魂。

谁应拍摄儿童

每个喜欢儿童以及想要学习如何捕捉儿童活力的人都应该拍摄儿童。我猜所有父母看

着他们的新生儿时，手中都会有一部相机。

随着数码技术的不断发展，现在每个人都可以拍摄满意的儿童照片了，即曝光还不错的照片。这几乎是确定无疑的事情，问题在于如何拍摄出色的儿童照片，一张能在数年内都吸引您的照片。

我相信父母都可能会成为他们孩子的出色摄影师。他们的拍摄愿望非常强烈，要记录下儿童的成长经历，并且希望用大量的照片让孩子回忆起儿童岁月。拍摄机会近在咫尺，因为父母通常会用大量的时间欣赏他们的孩子，与他们一起玩耍，并照顾孩子所有的生活。最重要的是，父母与孩子是用心在交流！对于如何创作美丽的儿童照片，这才是打开儿童摄影大门的钥匙。

当然，其他人也会珍爱孩子，喜欢观察并拍摄他们。但是拍摄儿童所需的就是激情以及有兴趣学习如何观察儿童！只要实现了上述目标，就可以拍摄不错的照片了，即使用简单的傻瓜相机也可以做到。

在今天，出色儿童照片的用处很多。可以创作鲜艳的剪贴簿、幻灯片，甚至是自己制作的书籍。是否喜欢学习如何查看照片和了解一些摄影基础知识，从而迅速提高摄影技能？我想现在正是时候！

我从摄影授课过程中学到了什么

大多数人联系我的原因有两个。要么他们已经从事儿童摄影很多年了，并且想学习如何能让作品更好；要么他们刚刚开始儿童摄影，并且对相机和计算机的技术奇迹感到害怕或胆怯。我最喜欢指导的是第二类人。

赶走恐惧是一件很好的事情。感到恐惧时，人的头脑会停止思考，并且对事物没有什么感觉。这时会感到气馁并选择放弃。恐惧是创意的敌人，如果想提高摄影技能，那么创意是最需要培养的方面。另一方面，头脑中有了创意后，可以减轻恐惧感，并且可以让您享受全新的体验和乐趣。

Heritage Illustrated词典中关于创意的定义是：使事物实际存在、形成并且首次出现。这让我想起了人的出生。任何婴儿都是不一样的（同卵双生的婴儿是个例外），并且每个婴儿都是两个不同的父母所唯一创造出来的。新生儿成长着，有着各种新的可能性，很像在构思想法或者创作作品。

这不应给我们所有的希望吗？可能的新想法都在我们头脑中，并且我们都是可能的创作者或艺术家。可以在外面通过观察来获得灵感，但是您的观点、时机掌握的感觉，以及

对每个人的解读，都是创作更为出色照片所需的资源。

前景

对于如何提高儿童摄影技能而言，我非常希望这个过程能够非常有趣，能够激发人的灵感，并且让人放松，最重要的是能够学习相信自己。不但要相信自己，还要鼓励并尊重自己的本性和独特的视角。每个人的独特之处在过去所创作的大量照片中都有所反映，对此我深信不疑。

练习如何查看和欣赏光线与构图后，就会发现自己看到了以前从未欣赏过的美。学习如何查看光线让我的生活发生了剧变，更不用说儿童摄影了。通过更准确地观察周围的事物，原本很平凡普通的时刻会变成出色的作品。在海滩上、公园中和街道上的散步都会成为迷人的生活景色。这是我真正希望您能获得的。

选择儿童作为拍摄对象可以让自己的生活更有见识。儿童才是我们真正的老师。他们具有我们出生时都具备的智慧，并且我们可以从他们身上学到很多。他们是诚实、无拘无束并且无忧无虑的小生灵，更不要说他们还会做出非常优雅的姿势以及如此的好玩。

在与儿童交流时，要用心去观察他们，这样才能创作出永恒的作品，并且在探索他们的本质时，会让您感到非常高兴并可激发您的灵感。希望这种灵感能够在您的照片中体现出来。

您正在从事或者要继续从事的工作是内容丰富并且很有回报的事业，让我们拍手庆祝并开始吧！

©Stacy wasmuth/www.bluecandyphotography.com

目　录

第1章　儿童摄影艺术　1

1.1　对有志成为专业摄影师者的一些建议　2

1.2　要有灵感　4

1.3　灵感的源泉　8

1.4　游戏的重要性　10

第2章　摄影知识简介　15

2.1　不需要知道所有方面　17

2.2　超越自动模式：曝光基础　17

2.3　快门速度　18

2.3.1　对象的移动　19

2.3.2　快门速度选择　20

2.3.3　清晰捕捉移动的对象　20

2.3.4　让移动的对象模糊　21

2.4　光圈　21

2.5　ISO　22

2.6　景深　22

2.7　使用程序模式　26

2.7.1　肖像模式　26

2.7.2　体育运动模式　27

2.7.3 风景模式 27
2.7.4 特写或微距模式 27
2.7.5 光圈优先模式 27
2.7.6 快门优先模式 28
2.8 控制手中的相机 29

第3章 观察光线 33

3.1 学习观察光线 34
3.2 可用光线 38
3.3 黎明和黄昏的光线 40
3.4 使用反射和阴影 42
3.4.1 反射 42
3.4.2 阴影 46
3.5 在雾天或阴天摄影 49
3.5.1 雾天 49
3.5.2 阴天 50
3.6 找到轮廓光 50
3.7 使用柔和的窗户光线 54
3.8 知道何时进行折中 56

第4章 使用光线 61

4.1 间接光线 62
4.1.1 门廊 62
4.1.2 开放阴影 63
4.2 直射光线 64
4.2.1 直射阳光 64
4.2.2 创建晕圈：使用轮廓光或逆光 65
4.3 是否使用闪光灯 66
4.3.1 主光和填充光的概念 67
4.3.2 反射 67
4.3.3 散射 67
4.4 光线的方向 68
4.4.1 平面：使用平面或正面光 68
4.4.2 轮廓：使用Rembrandt或三维照明 68
4.5 光线调节装置 70
4.5.1 反光板 70
4.5.2 柔光板 73
4.5.3 遮光板 73
4.6 色温和白平衡 73
4.7 基本的工作室照明 76
4.7.1 一盏灯的设置 78
4.7.2 测光 78
4.7.3 最终的结果 79

第5章 照片构图 83

5.1 快照与肖像照片 84
5.2 关注感觉 85

5.3 保持简洁 85
5.3.1 注意背景 86
5.3.2 使用实体周围的空间 89
5.4 图像的取景方式 90
5.4.1 一般的构图原则 90
5.4.2 在某些结构内取景 92
5.5 把父母作为道具 93
5.6 三分法 94
5.7 使用线条 97
5.7.1 平行线 97
5.7.2 对角线 99
5.7.3 汇聚的线条 100
5.7.4 S和C形曲线 100
5.8 打破规则 102

第6章 摄影风格 109
6.1 经典和浪漫风格 110
6.1.1 在工作室内拍摄 110
6.1.2 在外景地拍摄 111
6.1.3 服饰 112
6.1.4 实现某种意境 116
6.2 现代派风格 117
6.2.1 在工作室内拍摄 117
6.2.2 在外景地拍摄 121
6.3 新闻摄影风格 123
6.3.1 在外景地拍摄 126
6.3.2 意境 128

6.4 让父母为孩子的肖像拍摄做好准备 130
6.4.1 概述您的期望 131
6.4.2 与父母一同完成拍摄 131
6.4.3 不停地拍摄 133
6.5 计划肖像拍摄 133

第7章 调动人物的表情和情感 137
7.1 注意人物的情感和情绪 139
7.2 透露内幕的眼睛：心灵的大门 141
7.3 让拍摄对象到大自然中去 146
7.4 研究肢体语言、姿势和移动 150
7.5 使用照片讲述一段故事 152
7.6 儿童摄影方面的心理学知识 154

第8章 拍摄不同年龄阶段的儿童 159
8.1 新生儿 160
8.1.1 挑战 160
8.1.2 收获 162

8.2 婴儿 163
8.2.1 3~6个月大的婴儿 164
8.2.2 6~12个月大的婴儿 165
8.3 蹒跚学步的孩子 165
8.4 学龄前儿童 169
8.5 学龄儿童 172
8.6 青少年儿童 172
8.6.1 十几岁的男孩 177
8.6.2 十几岁的女孩 177
8.7 家庭合影 178
8.7.1 父母和孩子 178
8.7.2 兄弟姐妹 182
8.7.3 全家福 185

第9章 儿童摄影师的摄影器材 191
9.1 考虑升级相机 192
9.2 使用可更换的镜头 193
9.2.1 镜头速度 193
9.2.2 镜头焦距 193
9.2.3 定焦镜头 194
9.2.4 变焦镜头 194
9.3 相机包内应有的器材 197

第10章　后期处理和照片展示　201

10.1　建立自己的工作流程　202

10.2　图像编辑入门　203

10.3　图像编辑工作流程　204

10.4　基本修饰方法　205

10.4.1　使用图层　205

10.4.2　去掉瑕疵并让皮肤更光滑　205

10.4.3　修饰眼睛和牙齿　206

10.4.4　用“仿制图章”工具去掉背景中让人分心的部分　208

10.5　为实现更好的效果而改变颜色　208

10.5.1　黑白转换　209

10.5.2　动作和插件　209

10.6　裁切提示　210

10.7　照片展示画廊　215

10.7.1　故事板　215

10.7.2　画廊用画布打印件　215

10.7.3　制作自己的数码相册　216

术语表　221

1

第 1 章
儿童摄影艺术

- 对有志成为专业摄影师者的一些建议
- 要有灵感
- 灵感的源泉
- 游戏的重要性

© Jeff Woods/www.jwportraitlife.com

儿童摄影不是一件轻松的事情。随便问一位儿童摄影师，都会听到许多关于难以取悦的婴儿和倔犟小家伙的故事，这也许会让您对这个摄影流派重新思考一番。当然，一篮水果要比一个18个月大的小孩更容易拍摄。只要选好拍摄对象，设置好灯光，花一下午时间找出最佳拍摄角度，就可以拍出完美的水果。拍摄儿童则不然。

儿童摄影师需要面对儿童的各种古怪念头，所以他们既要像魔笛手一样善于哄骗他们，又要兼任着父母、心理学家和摄影师等多种角色。拍摄儿童时可能会出现各种情况。用镜头追逐儿童可能并不困难，而如果想让一个两岁（或14岁，其实都差不多）的儿童按照您的意愿摆出姿势就需要使出浑身解数。所有这些加上学习摄影特别是相机时的技术挑战，恐怕会让您还没有开始就已经想放弃了。

儿童摄影也许不是最轻松的业余爱好，或者不是最轻松的谋生方法，但它可能是您从事的冒险中最具回报性的活动之一。儿童简直就是最迷人的摄影对象。例如，因为孩子还没有学会自我保护，没有自我意识，所以每一份思想和感情都会毫不掩饰地流露在脸上，这让照片显得极其生动。有时，相机举起得正是时候，一切恰到好处，光线也特别的完美，您拍到了一张如此神奇的照片，仿佛画面上其他一切都不存在，这时您会意识到已经爱上了儿童摄影。

无论是父母还是专业摄影师，要想成功地拍摄儿童肖像，都需要充分与拍摄对象进行沟通，用心找出在视觉上和感情上真正给自己带来灵感的东西。本章介绍开始进行儿童摄影时需要掌握的知识，并提供了激发灵感的一个起点。

1.1 对有志成为专业摄影师者的一些建议

根据如今数码相机的流行趋势判断，摄影很明显将成为一项国际性的娱乐活动。低价格和实用性使相机变得更加平易近人，技术的持续发展实现了傻瓜式的拍照，但仍能得到极佳的曝光效果，甚至手机上的相机也能拍出相当好的照片。那么，到底是什么在推动一个人克服种种困难而非要成为专业摄影师，要拍摄出比其他人更好的作品，好到我们可以称之为艺术品的呢？是因为成为摄影师是您一生的梦想吗？还是因为要把自己的孩子拍得特别可爱，因此让朋友和邻居也想请您给他们的孩子拍照呢？是真正对孩子充满爱心和耐心吗？是否愿意忍受一个害羞得不敢从妈妈身边离开（如图1-1所示）的孩子呢？或者是否有耐心等待一个新生儿在父亲的臂弯里入睡呢？

1

注　意

即使只有一台傻瓜相机也没关系，这就足够了。不要被最高级的器材和技术所吓到。随着数码摄影技术的发展，您会获得前所未有的成功和效率。需要更新器材时自然会告诉您，目前只需要一台相机和一个小孩。

1–1

关于此照片：*儿童可以说是最具挑战性和回报最丰厚的拍摄对象。1/250s，f/3.5，ISO 100。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

在一头扎入摄影行业之前，考虑清楚是什么吸引着自己，是什么激励着自己成为摄影师。花点时间评价自己的目标和动机有助于做出每一项决定，是自己需要的器材类型吗？是自己想要从事的行业吗？

问问自己下面这些问题：

- 乐于记录自己的家族历史和朋友的生活吗？
- 热爱发现身边事物的美丽和复杂性吗？
- 与摄影师相比，您现在是谁，距离成为摄影师这个目标有多远？
- 有足够高超的技能让您在进行收费服务时充满自信吗？还是对儿童摄影充满热情，但现在还只是一项业余爱好？

如果考虑将儿童摄影作为自己的职业，但孩子并不吸引您或者说对孩子并不着迷，则寻找其他拍摄对象或专业比较合适。

引　用

“摄影师的眼光决定了他的作品形式和风格。成功的作品不仅靠技术，还有摄影师对待生活和世界的态度。”——Pete Turner，*More Joy of Photography*（柯达公司出版）。

父母请注意

有了孩子以后，无论是出于业余爱好还是职业，大部分父母都变成了拍摄儿童的摄影师。一下子世界上没有什么能比养育和照看自己那既完美又漂亮的孩子更有意义的了。观察他的每一个动作和表情、那肉乎乎的脸颊，以及每天取得的奇迹般进步都让人惊讶不已。利用闲暇时间与婴儿或者小孩相处，享受奇迹发生的瞬间，这有助于您开始真正了解孩子。透窗而入的晨光、他紧闭的睡眼和灿烂的笑容一下子成为您最爱的拍摄对象。也许您初为父母，现在正阅读本书以期获得更好的想法去拍摄自己孩子。放轻松并开始享受拍摄孩子那份天真自然时的乐趣吧。

还有谁能比父母更适合拍摄自己的孩子呢？如果曾经带孩子去过喧嚣的摄影工作室拍照，就知道那些摄影师并不真正关注每个孩子。父母却会密切注意孩子的表情、心情和怪脾气。父母一天到晚和孩子相处，能够记录他们所有的活动、兴趣和表情。

但是不要忘记，孩子也在密切注意着父母。不知何故，孩子知道了如何控制家长，一次以“宝贝过来，我给你照相”开始的摄影过程最后可能变成“别再抓着哥哥了！想休息一会儿吗？”。如果不懂得孩子，可能得到一张好照片来记录您曾经多么爱他们后，也许您正准备把他们送回各自的房间呢。

因此，给所有的父母一些提醒。首先要记住拍这些照片的目的。对小孩（即使他们已经不算太小）要有耐心。初学摄影时可能过于担心“拍照”而忘记享受和孩子在一起的时刻。或许可以和邻居互相拍摄对方的孩子。一般对邻居的孩子要比对自己的孩子和蔼一些。

1.2 要有灵感

拍摄儿童是为了乐趣也好，还是获益也好，在创作过程中花费些精力，不论是过去还是现在，都将有助于形成自己的风格或鲜明的特征。这种特征可以使您拍摄更引人注目、振奋人心和真实可信的照片。

如果让10个人在相同的环境中拍摄同一个孩子，就会看到10种不同的方式和风格，因为摄影师的眼光必然受到他们过去的经历和个人视角的影响（无论他们是否清楚这点都是如此）。所以为什么不利用这种趋势，开始培养自己的视角和风格呢？一个很好的起点是学习摄影艺术大师的作品。观摩其他摄影师的作品有助于了解自己喜欢什么，不喜欢什么，这是确定自己风格的绝好开端。在摸索自己道路的过程中学习大师作品这种方法无可厚非，但在学习的过程中要尊重自己，因为自己的风格和视角会融入到自己的灵魂中，而这种风格和视角正焦灼地等待被注意和发掘。

1

在形成个人风格的过程中，先要借鉴和学习他人的技巧和方法，最终自己独特的风格就慢慢浮出水面，并逐渐成熟。不错，自己的照片中可能会露出某些导师的痕迹，但是如图1–2所示，您自己的视角也在闪闪发光。事实上，要想隐藏自己的风格是做不到的。

1–2

关于此照片：这个小男孩不肯安静地坐着拍照，所以摄影师开始讲笑话，学猪哼哼，让男孩觉得非常好笑。1/250s，f/3.5，ISO 100。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

图1–3中的照片是对传统主题（家庭肖像）的新拍法。根据最好的经典肖像技法，结合多种摄影风格的新元素，这张年轻家庭的照片展现了他们在一起生活时那种新鲜而又快乐的感觉。

关于此照片：*家庭肖像的新拍法。根据照片中透出的那种随意自然的感觉，摄影师在永恒的摄影之旅中留下了自己的一笔。1/125s，f/2.8，ISO 400。© Laura Cottrill/www.lauracphotography.com*

交叉参考

发现不同的肖像摄影风格时，可能想知道他们是如何实现不同效果的。第6章介绍了从经典的工作室风格，到日益流行的环境肖像中最常见的儿童肖像摄影类型。

可曾想过是什么深深打动自己吗？热爱大山、海滩还是曼哈顿中心？是位梦想家还是实干家？是位饥渴的读者还是一名艺术的狂热爱好者？热爱电影、骑自行车还是到印度尼西亚旅行？个人的品味、激情和爱好决定着摄影师的个性，显示出每个人的与众不同。永远不要人云亦云，实际上，不断地精炼、发展、认可自己的体会和激情，这对于您的创作将大有裨益。

环顾家中可能会找到一些线索，是它们触发了您的灵感，或者是您所热爱的。您有自己的风格吗？周围的东西有某种共同点吗，例如主题都是自然或艺术？周围都是自己喜欢的颜色吗？也许由于屋内的陈设是免费的、继承自其他人的或者其他人选择的，因而未曾看到自己风格。是否认识到周围的环境对自己有多大影响？它们日复一日地以消极或积极的方式对您进行着潜移默化的影响。选择拍摄周围的环境还是必须到其他地方或国家才能找到灵感？您在自己的家中拍摄过儿童吗？

很多人有无数理由相信自己无法影响自然环境。然而周围环境是进行创作时非常重要的一部分，因此设法每天注意对环境的影响，构思照片时这会得到回报。

1

另一个创作灵感的来源是回忆童年时曾受到什么东西的启发。周围（例如在卧室）有什么东西？您有收藏吗？能够找到关于某个小玩意儿的主题吗？有最喜欢的玩具或最喜欢的地方吗？如图1–4所示，在这张异想天开的小女孩肖像中，摄影师利用童年时最喜欢的秋千得到了灵感。

引　用

“艺术与方法和过程没有多大关系，因为它关乎性情、品位和情趣，在艺术家的手中，照片成了艺术品。总之，摄影师决定摄影的结果：是艺术品还是商品。”——William Howe Downs。

关于此照片：*要充分利用来自周围环境的灵感。门廊秋千上的链子成了这个小女孩可爱脸蛋的相框。1/125s，f/2.8，ISO 200。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

1–4

1.3 灵感的源泉

丰富和尽可能充实的生活，以及第一直觉的表现等对所拍摄的照片都有非常重要的影响。作为儿童摄影师，这些事情能够影响自己的态度、品味，以及创作更具艺术性的、更有意义的肖像的灵感。要想进一步发掘自己的灵感，下面是一些想法。

■ **进入工坊。**没有什么比同几位摄影师一起度过几天或一周更能激发人的灵感了（如图 1–5 所示）。因为在提高摄影技术的过程中，相互分享和合作的氛围非常具有启发性。离开家庭和工作，进入非常特殊和封闭的环境，多进行交流。向摄影爱好者和专业摄影师强烈推荐缅因州摄影工坊和 Santa Fe 工坊。专门的行业组织如“美国专业摄影师协会”及其本地分支机构全年都会举办演讲、开办工坊，他们中的许多人都在关注着摄影行业的发展。可访问其网站 www.ppa.com。

■ **跟随导师学习。**许多成功的摄影师乐意指导初入摄影行业的新手。导师的指导比仅仅参加工坊更有利于知识的传授，持续时间也更长。

■ **读书。**文学作品通过文字就可让您有一种空间感，能够使您产生栩栩如生的想象。其他摄影师撰写的书籍可以激励那些有抱负的摄影师。有关描写伟大的艺术家及他们生活的书籍会提供很有价值的视点，并用他们的作品打动每一位读者。

■ **看杂志。**杂志旨在吸引读者关注时装和图片。无论是 GAP 的青少年服饰广告还是有关抚养孩子的社论，每一页都会带来儿童摄影的新理念。看看面向父母的新杂志 *Cookie* 和 *Wonder*

关于此照片：*摄影工坊是进行亲身实践的好地方。1/125s，f/2.8，ISO 200。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

Time。通过这些资源可以了解到当代的时尚潮流，如果忽略了潮流，就可能会影响到工作。缺乏拍摄动机时，不妨剪下最喜欢的照片，组织一个有主题的文件来激发自己的灵感。

■ **参观博物馆和画廊。**在 Julia Caeron 的 *The Artist's Way* 一书中，她提倡所有艺术家应经常参加“艺术家日”。去参观博物馆与有目的地睁大眼睛去寻找灵感是完全不同的两码事。和其他艺术家朋友同行既能给行程增加乐趣，又能学习到新的工作方法，例如颜色、构图及光线的使用。

■ **观看文艺作品。**戏剧、芭蕾和歌剧等表演艺术可以让人开阔眼界，引领您以全新的方式思考和观察。通过摄影师的眼睛，观察舞蹈表演和戏剧演出时所使用的精巧而又复杂的照明。注意演员的姿势、动作、服装和造型。观察这些细节可以不断地积累视觉素材，有助于以后进行更多的尝试。观看文艺作品也有助于为儿童肖像摄影寻找更生动的照明设置。

■ **旅行。**你家门前的橄榄树跟意大利托斯卡纳的可没法相提并论。走出日常所处的环境不仅可以欣赏到不同文化背景下的风俗习惯和文化亮点，而且回头再审视自己的生活环境时也会有新的收获。新的颜色、新的面孔、生活方式、建筑风格、食物和植物会从各个方面开阔您的视野。观察不同文化背景下的儿童，他们的穿着和行为有何特点。回到家时，您将完全改变，会情不自禁地以全新的眼光审视原来的环境。这些收获将充实您的生活，并彻底改变您的精神和视野。

看电影时，注意观察电影中一些非常优秀的方面。想想电影拍摄现场的照明设置情况，为以后自己摄影时如何组织灯光能提供非常好的思路。或者仔细观察下一场电影中的照明，看看来自哪个方向。留意电影中每个画面的构图方式。在 Martin Scorsese 和 Akira Kurosawa 导演的电影中，都因其娴熟的照明技巧而闻名。

■ **浏览 Internet。**收藏喜欢的摄影师网站或博客地址是积累某些素材的一个行之有效的方法。浏览一些在线论坛，用相互合作的精神与世界各地的摄影师分享自己的作品。来自这些论坛的批评和鼓励有助于您快速提高自己的摄影水平。Internet 最具时效性，通过它可以了解儿童摄影的最新趋势，图 1–6 中显示的就是当前最流行的肖像风格。

■ **进行创意练习。**没有必要为了进行创意练习而参加什么课程，可以利用根据前面的建议所得到的灵感来武装自己。选择自己的拍摄对象，但一定要缩小范围，做到详细而又明确，并在一个时间段内完成拍摄。以自己的方式完成本书中每一章结尾的作业，就会在潜移默化中改变观察和欣赏日常所见事物的方式，并且会惊讶于这对工作的影响。

关于此照片：通过参与摄影师的在线论坛，持续关注儿童摄影的所有最新趋势。
1/250s，f/4，ISO 250。©Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com

1–6

1.4 游戏的重要性

还记得孩提时多么热衷于装扮吗？游戏时装扮是必不可少的一部分，无论是扮演西部牛仔、星球大战的角色还是玩偶。几乎每个人最终都会明白装扮是孩子们的特权，长大之后就不能再这么做了。

进行儿童摄影时，会玩游戏是一项基本的技能。如果能趴下来，在图1–7所示的高度上进行拍摄，从儿童的角度观察生活并进入他们的世界，您的作品怎么会缺乏影响力呢？

1

关于此照片：趴在地板上，在和婴儿一样的高度上拍摄照片。1/640s，f/2.8，ISO 400。©Stacy Wasmuth/www.bluecandyphotography.com

想　法

试试这个比较有创意的练习。为下面的对象拍摄 20 张照片：一个鸡蛋、纹理、刺眼的光线、色彩、艺术品一样的垃圾、窗户、一张脸、黑色、白色、阴影、倒影、圆、光滑的平面和伙伴，每张照片中都要包含孩子。

所有儿童都非常善于判断人的特性，洞察力很强。如果你确实对他们不感兴趣，他们能感受到。花点时间和他们待在一起，让他们熟悉你。请他们给你展示自己的房间（如图1–8所示）或者他们最喜爱的玩具。在这些方面儿童和大人毫无区别，他们也喜欢真心关注自己的人。问问他们有关学校、老师、朋友和爱好等各方面的情况。让他们看看你的相机，在拍摄过程中给他们看一些拍摄的照片，他们会感到自己也是其中的一员。如果拍摄对象是非常羞涩的小孩，在拍摄之前，让他们先和父母待上一会儿放松一下（如图1–9所示）。

关于此照片：参观过这个男孩的卧室之后，摄影师注意到他对自己收藏的飞机模型感到很自豪，然后利用这个不寻常的角落拍摄了这张照片。1/250s，f/2.8，ISO 400。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

关于此照片：拍摄孩子之前，让她和父母先待一会儿，并抓住这个时机捕捉一些温馨的瞬间。1/250s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

引　用

“装扮可以很好地激发我们的想象力。装扮把我们又带回到童年时代，它可以释放我们的创作潜能。”——Kevin Eikenberry。

花点时间玩一会儿游戏，以正在拍摄的儿童的眼光来观察世界，这样有助于扩展视野，拍摄出真实、自然的照片。在地板上趴一会儿也会让您改变原来的视点，不仅是因为这样和孩子处于一个高度上，而且还能够找到新的拍摄角度和方法。抓住机会！您可能喜欢在这个高度上看到的景色！

引　用

“并非必须通过旅行来练习观察。我最喜欢的一项任务就是在离床 20 英尺的范围内拍完一卷胶卷。”——Ruth Bernhard。

作 业

利用镜子，尤其是墙上的镜子

应该明白，通过一个人的肖像作品可以了解到他的性格，当时是什么激发他的创作灵感的。阅读完本章内容后，可能已经考虑过影响自己的因素有哪些、自己的品位和激情所在。现在更加清楚的是，拍摄儿童肖像从某种程度上能够反映出自己的性格和风格。这些方面通过您对颜色和色调的选择、着装要求、采用的背景环境或者常用的姿势都可以表现出来。展开自己的想象力，努力展现出一些确实独特、确实与众不同的东西。

Nate的这张照片是在他家中拍摄的。为了在他们熟悉的环境中抓住下午最佳的时间完成拍摄，摄影师跟着他和他的妹妹东奔西跑。摄影师发现窗台上摆着的一排恐龙玩具后，她问Nate是否愿意和这些“朋友们”来一张合影。就在摄影师举起相机时，她注意到Nate背后的窗户玻璃上正好映出他父亲的一部分身影，这让照片显得意义深刻并且更有含义。1/640s，f/2.8，ISO 400。

©Allison Tyler Jones

完成这次课外作业后不要忘记访问http://bbs.fengniao.com/forum/forum_205.html，在此可与他人分享您的最佳照片，并查看其他读者是如何完成该作业的。还可以发表评论并阅读评论、鼓励建议和反馈。

2

第 2 章
摄影知识简介

- 不需要知道所有方面
- 超越自动模式：曝光基础
- 快门速度
- 光圈
- ISO
- 景深
- 使用程序模式
- 控制手中的相机

© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

虽然最初看起来很吓人，但是学习更多摄影技术方面的内容以及如何使用相机，最终会让您掌握更多的创作工具。这些工具有助于您重复实现过去依靠运气得到的好照片，并且可让您认识到如何用有创意的方法去拍摄儿童。

如果您是位初学者，可尝试用相机的自动模式和自动对焦方法完成每章后面的作业。然后在感觉需要更深入的学习后，可以决定是否要继续并进行更多的选择，方法是将相机置于特定的程序模式，或者使用手动模式。如果使用的傻瓜式相机其选择有限，仍可应用本书中的很多信息。阅读本书时，要注意每张照片下的图像描述以及技术信息，这样可以了解摄影师拍摄该照片的一些线索，如图2–1所示。本章会帮助您理解其中这些数字的含义，以及它们如何影响所拍摄的每张照片的外观。

2–1

关于此照片：小女孩玩蹦床时，捕捉到了她在半空中的情景。快门速度还不够快，没能完全清晰地捕捉到动作，但是手部和头发部分的模糊效果为图像赋予了动感。使用相机的全自动模式拍摄，1/200s，f/2.8，ISO 250。©Allison Tyler Jones/www.ajtphoto.com

2

> **引　用**
>
> “只有相机可实现的一部分内容吸引我——在一瞬间混合的不可思议的情感与几何学”——Henri Cartier-Bresson，*Aperture* 杂志第 129 期，1992 年秋。

2.1　不需要知道所有方面

不必知道有关相机的所有机械知识也可让摄影技能有显著的提高。只需学习如何更好地查看光线和进行构图就可在作品中实现惊人的效果。但是，如果计划认真从事摄影行业或者将儿童摄影作为兼职或全职工作，则必须深入学习相机的工作原理。学习相机技术可以让您获得所想象的照片并且避免在会得到较差照片的情况下拍摄。

初级摄影师通常会为各种曝光问题、景深和相机上的设置而苦恼，而新技术让获得正确的曝光更加轻松，当今相机上提供的各种附加功能让问题更容易解决了。

> **引　用**
>
> “被问到使用什么相机时：‘您不会问艺术家他们使用什么颜料和画笔。您不会问作家他们使用什么打字机，总之，我将相机视为一个辅助设备’”——Man Ray。

即使相机只有一个测光设备了，但是曝光和景深仍旧让人困惑。通常由于对f/5.6，1/60s和景深等内容感到害怕，一些原本可以成为摄影师的爱好者在开始前可能就放弃了。如果您知道这些内容对每个人来说都感到困惑时，是否会感觉好点？不幸的是，除了使用各种相机设置进行实践和不停的实践，没有什么方法能让您更快速地学会如何使用相机。如果已经开始使用相机上的其他模式了（自动模式以外的其他模式），那么下列信息应该可以帮助您更好地理解正在做什么，以及为什么如此。

2.2　超越自动模式：曝光基础

如果正在使用自动模式，那么可能已经发现这种模式通常可以得到效果不错的照片。此处的关键词是“通常”，但并非始终如此。使用自动模式无法获得所需的效果时，可能需要更改相机上的设置，并用不同的方法捕捉拍摄对象。

相机中有一组制造商提供的默认设置，利用它可在大多数情况下拍摄很好的照片。根据定义，这意味着有时需要对相机中的设置进行具体的设定，从而满足所选情况的要求。例如，可能想拍摄儿童在水池中玩耍的照片，并且想清晰捕捉他们溅起的每个水滴。或者想拍摄您的孩子跑过草地的瞬间，他的头发中闪着金色的光线，同时又想捕捉他脸部的光线。如果使用典型相机的自动模式拍摄这两种情况，都会出现一些问题。

如果使用自动模式，可能还会发现这种模式通常会让照片中的所有事物都清晰对焦（包括前景和背景），这是相机内的电脑元件所做的默认选择。如果想让照片像本书中展示的很多照片那样，只有部分场景清晰对焦，而背景是模糊的，那又该怎么办？通过学习有关曝光的更多知识，就能处理所有这些情况。

镜头上的快门打开并让光线进入相机后就会进行曝光，即让胶片或数码传感器暴露在光线下，从而拍摄图像。

主要有3个关键的曝光元素：快门速度、光圈和ISO。每个元素都设置正确后才能创作出曝光正确的图像。理解这些元素才能用有创意的方法使用它们，从而显著改变图像的表现力。

2.3 快门速度

快门速度相对比较容易理解。实际上就是一段时间——快门打开的时间长短，让光线进入相机并在相机的数码传感器上记录图像。快门速度通常是几分之一秒，如1/30、1/60、1/125和1/500。

2-2

关于此照片：1/800s的快门速度足够清晰捕捉这些跳到半空中的孩子和他们的妈妈了。1/800s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

快门打开多长时间决定了图像是很清晰的，还是柔和模糊的。较快的快门速度（如1/1000s）可以清晰捕捉各种移动，而较慢的快门速度（如1/50s）则会让移动事物变模糊，所以快门打开的时间越长，所记录的动作就越有可能是模糊的。在大多数情况下，我们需要让拍摄对象清晰对焦，所以需要使用足够快的快门速度才能完成该任务。例如，如果想清晰捕捉您的儿子在跳水板上跳起后到达最高点时的情景，就需要使用较快的快门速度。相反，如果想展示穿着美丽芭蕾舞短裙并在转动的小女孩，可以尝试使用较慢的快门速度。捕捉图2–2中跳到半空中的家庭成员时，使用了较快的快门速度1/800s。

2.3.1　对象的移动

要根据对象的移动情况选择快门速度。拍摄对象是一位不停移动的学龄前儿童还是更为成熟的青少年？对于岁数稍大一些的儿童，使用较慢的快门速度仍能获得出色的照片。但是要记住，拍摄对象并非是唯一在移动的物体。如果手中拿着相机并进行拍摄（也称为手持相机拍摄），那么就要将自己的移动考虑在内。很多照片都被相机抖动毁掉了，这是指摄影师的移动导致相机抖动，从而最终得到模糊的照片。但有时（如图2–3所示）较慢的快门速度和轻微的模糊也会产生不错的效果。

如果仔细查看模糊的照片，通常很容易找出哪些是相机抖动，哪些是因拍摄对象移动造成的模糊，因为相机抖动会让整个照片变模糊，而拍摄对象的移动会造成只有它是模糊的，除此之外的所有内容都是清晰的。

大多数人在使用慢于1/60s的快门速度时无法稳定地持机，如果在拍摄中避免不了移动，那么

2–3

关于此照片：*1/60s的快门速度太慢了，无法清晰捕捉小女孩溅起的水滴，并且相机抖动也使照片的其他部分失焦。1/60s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

最好使用1/100s或更快的快门速度。换句话说，如果相机（使用自动模式）选择1/60s或1/200s或更快的快门速度，应该可以稳定地持机并且无需使用三脚架，这在下一节会详细介绍。如果相机选择的快门速度低于1/60s，并且没有三脚架可用，那么可尝试用下面的技巧稳定相机：

- 深呼吸，然后在呼气时按下快门。
- 将相机放在或靠静止物体表面上，如栅

栏柱或墙。

- 紧靠身体拿着相机并将姿势展开，让身体变成一个三脚架。

由于本书主要介绍如何拍摄儿童，因此假设您的大部分时间都在手持相机拍摄，因为使用三脚架并追着不停移动的孩子通常是不可能的。

2.3.2 快门速度选择

选择可清晰捕捉拍摄对象的快门速度时，一个好的经验法则是：快门速度至少是镜头焦距的倒数。在镜头的前面会看到一些数字，如18-70mm或50mm。例如，如果使用50mm的镜头进行拍摄，并且想让拍摄对象很清晰，那么就不能使用比1/60s还要慢的快门速度进行拍摄；始终可以设置更快的快门速度，只是不要慢于这个速度即可，否则可能会让图像变模糊。如果使用18-70mm变焦镜头，那么使用的快门速度不应该低于1/100s或1/125s，这两个速度都可以。所以先要确定镜头的焦距（如50mm），然后设置相应的快门速度。如果无法确定镜头的焦距是多少，那么可在镜筒上印着的数字中找到。

表2-1提供了一些最低快门速度设置，这些设置可在拍摄儿童时让照片不模糊。

2.3.3 清晰捕捉移动的对象

如果拍摄快速移动的对象，如正在荡秋千、奔跑、骑车或进行其他活动的儿童，可能需要更快的快门速度才能清晰捕捉它们。1/250s、1/500s、1/1000s或更快的速度几乎可以清晰捕捉所有动作。图2-4中所示的小女孩被她的爸爸抛到空中，使用1/500s的快门速度就可清晰捕捉所有动作。

关于此照片：使用较快的快门速度清晰捕捉了这个被抛在半空中的女孩。在女孩的爸爸将女孩抛向天空时，摄影师就站在他的后面。1/500s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

表2-1 常见的快门速度设置

情况/拍摄对象	快门速度（s）
睡觉的婴儿	1/60 ~ 1/125
来回走动的学步儿童	1/125 ~ 1/250
奔跑的小孩	1/250 ~ 1/500
秋千上的儿童	1/500 ~ 1/1000

快门速度提示

下面是手持相机进行拍摄时的一些快门速度提示。

- 太慢的速度：1/4、1/8、1/15、1/30。
- 如果手不太稳的话，1/60s是个底线。

要想清晰捕捉各种动作，使用这些快门速度作为一个好的起点。

- 太慢的速度：1/4、1/8、1/15、1/30、1/60。
- 动作很快时，1/125s是个底线。
- 极快的速度：1/250、1/500、1/1000、1/1500。

2.3.4　让移动的对象模糊

如果想冒一些险，例如想故意让移动的对象变模糊，从而实现某种很有创意的效果。要想尝试在照片中实现模糊的移动对象，那么正在玩耍的孩子或者在床上跳跃的小女孩（如图2–5所示）都是身边很好的拍摄对象。选择较慢的快门速度，但是不要太慢；要让移动的拍摄对象模糊，但是其他所有内容都是清晰的。

2–5

2.4　光圈

摄影中的光圈是指相机镜头的打开程度。按下快门并且让光线通过镜头进入相机后，光圈确定了能够进入多少光线。光圈用 f 级来衡量，如 f/2.8、f/5.6、f/8、f/11、f/16 等。其中的数字越小，镜头打开得越大，因此 f/2.8 比 f/16 让镜头打开得更大。

关于此照片：*这个小女孩穿着芭蕾舞用短裙并且非常高兴地在她的床上蹦着。使用较慢的快门速度可以让动作变模糊，为照片增添一些动感。1/40s，f/2.0，ISO 400。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

将快门速度和光圈一同考虑时，想想眼睛会让您更容易理解。您的眼睑就是眼睛的快门，它可以打开或合上。瞳孔就是眼睛的光圈。在明亮的室外，瞳孔会收缩，让更少的光线进入眼睛；光线不足时，瞳孔会放大（打开），让尽可能多的光线进入眼睛，这样才能看清眼前的世界。人们无法看清眼前的世界时通常会怎么做？他们会眯起眼睛！这样会缩小眼睛的光圈，从而能够看清更多的东西。对上述的数字感到混淆时，这是记住光圈工作原理的轻松方式。

与曝光的其他元素相比，光圈对照片外观的影响更大，因为光圈控制着景深，本章后面会介绍景深。

2.5 ISO

在大部分数码相机上都有一个按钮或菜单设置项允许您选择ISO设置。ISO代表国际标准化组织，在摄影中指相机的感光性能。ISO级别最初应用于胶片速度，如200、400等。与胶片一样，这个数字级别越高，数码相机传感器的感光性能越高。例如，如果需要相机对光线非常敏感（如在弱光条件下拍摄），那么就可以选择800或更高的ISO值。

需要具体的光圈和快门速度组合时，ISO设置通常是最容易操纵的变量。

记住所有f级作用的轻松方法是将f级想象成一个分数，其中f/2.8成为1/2.8，f/11成为1/11，这就很容易理解为什么数字越小，镜头打开得越大了。

通常，为了使照片非常清晰，应该使用较低的ISO值。在大多数相机上，ISO 100是最低的设置值。使用较高的ISO设置值时（通常是800或更高），就会开始在图像中看到噪点，这会让照片有一种颗粒感。

表2-2是在不同情况下选择ISO设置值的一个起点。使用100、200和400的ISO设置值时，大多数相机都可提供没有噪点的照片。表中的设置只是各种情况下的一个起点，使用该设置允许您用足够高的快门速度进行手持相机拍摄。

表2-2 常见的ISO设置值

情况	ISO设置值
晴天	100
门廊处的光线	200
阴天	200～400
窗户射入的光线	400
室内，不使用闪光灯	800及更高
舞台表演，不使用闪光灯	1600
室内体育运动，不使用闪光灯	1600

2.6 景深

所选的光圈或f级决定着照片中的景深。景深是照片中清晰对焦的深度或区域。从前面到后面所有内容都清晰对焦的照片就具有较长（或深）的景深，例如图2-6中展示的海滩上的家庭照。如果照片中只有家庭成员清晰对焦，而前景和背景中的其他所有内容都失焦时，那么该照片具有较短（或浅）景深，如图2-7所示。是否注意到很多吸引您的照片都是只有内

关于这些照片：*在图2-6中，可以看到使用f/22和1/50s的设置拍摄海滩上的家庭照片后，会让整个图像都清晰对焦。在图2-7中，使用f/2.8和1/3200s的设置拍摄了同一个家庭，让除拍摄对象以外的所有内容和背景都模糊了。©Ginny Felch/www.silverlinlingimages.com*

容清晰的？通常大部分拍摄对象都是清晰的，但是前景和背景是失焦的。这就是人眼感知世界的方式。如果您看着某个人，那么前景和背景都不是清晰的。

注 意

设置的 ISO 值越高，图像中出现数码噪点的可能性越大。可以使用数码噪点实现某些特殊的效果，但是如果想减少噪点，尝试尽可能使用较低的 ISO 值。

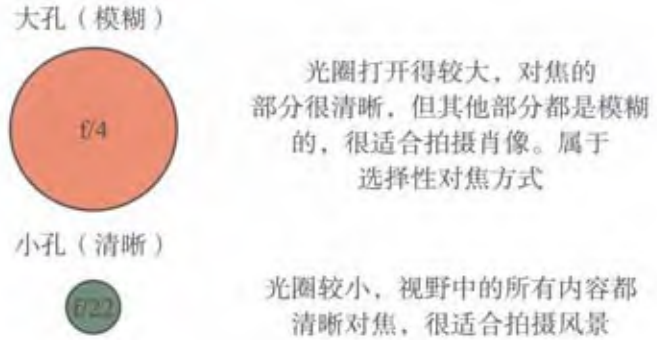
图2–8说明了f级与景深之间的关系。

下面是关于景深需要了解的一些重要事项。

■ **较长的景深。**使用 f/8 和更小的光圈（f/11、f/16、f/22）得到的照片具有很长的景深。拍摄要将环境作为图像一部分的照片时，这些设置非常好，例如拍摄卧室中的孩子并且要包括所有玩具细节的照片时。拍摄合影（如家庭合影）时较长的景深也很好，这样照片中的每个人都是清晰的。拍摄远距离的儿童或者肖像并且图像中的所有事物都清晰对焦时，摄影师通常使用较小的光圈，例如 f/11 或 f/16，或使用更小的光圈，这样才得到较长的景深。该技巧通常称为小光圈拍摄，意味着镜头的光圈比较小，关闭得比较多。

注 意

肖像摄影师通常喜欢使用较短的景深。



2–8

***关于此图：**如果能在脑海中记下该图中有关在小光圈以及在大光圈时镜头打开的情况，就能更容易理解如何设置相机了*

提 示

拍摄儿童时知道这一点很有用，即在鼻子上对焦通常可确保整个脸部都清晰对焦。

■ **较短的景深。**在景深较短的照片中，使用 f/2.8、f/2.0，甚至是 f/1.4 或 f/1.2 都很常见。这些设置可以很好地将拍摄对象与背景隔离开，或者突出展示婴儿或儿童的某些方面，如图 2–9 所示。本书中大部分照片使用的 f 级都是从 f/1.4 到 f/5.6。考虑到还有其他很多可用的值（f/8、f/11、f/16、f/22、f/32），所以说这不是一个很大的范围。在本书中会看到很多儿童肖像作品，其中可以清楚地看到他们的脸部，但是背景是模糊的；在这些情况中，摄影师都使用了较大的光圈，如 f/3.5 到 f/2.8 或更大。较大的光圈会营造较短的景深。这个技巧通常称为大光圈拍摄，意味着光圈打开得尽可能大。图 2–10 中的照片就是用

很大的光圈 f/3.5 拍摄的，树叶和整个背景都是失焦的，这样只有清晰的儿童能够吸引您的视线。

关于此照片：较短的景深突出了这位时髦的、年轻女孩的漂亮眼镜。1/200s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

关于此照片：使用较短的景深拍摄这对兄弟时，通过让背景模糊失焦，可让人们的注意力集中到儿童身上。1/320s，f/3.5，ISO 250。©Stacy Wasmuth/www.bluecandyphotography.com

引　用

“摄影不是由相机来进行的，它只是个工具。要用我们的心灵去拍摄照片。摄影中始终要有一直开放并不断探索的心灵。”——Arnold Newman。

2.7 使用程序模式

前面讨论的快门速度、光圈和ISO让您知道了相机的工作原理，这样就可操作相机完成自己的任务。没有人期望您全心全意地投入摄影，并且只用手动模式拍摄。可以超越纯自动模式并且不用完全使用手动操作。很多相机都有各种程序模式，它比自动模式要更灵活并且可以让您对最终的图像实现更多的控制。这些程序模式允许您确定要拍摄的对象类型，并且选择与要拍摄的对象相符的相机程序模式。表2-3列出了相机可能提供的一些常见的程序模式。

相机是一种非常精密的仪器，其设计目的就是成功地捕捉图像。在您的学习过程中可让相机完成某些任务。程序模式可超越替您做出所有决定的自动模式，并且可提高您拍摄特定场景时的成功几率。

2.7.1 肖像模式

选择肖像模式就等于告诉相机：您希望拍摄对象清晰对焦，但是其他所有内容都要失焦。肖像模式优先使用尽可能短的景深。如果分别使用自动模式和肖像模式拍摄相同的内容两次，就会看到景深的差别。肖像模式是光圈优先模式的一种变体，后者提供了更多的控制，允许您选择准确的光圈，然后让相机设置快门速度。

表2-3 常用的相机程序模式

程序模式	标识方式	效果
全自动模式	A或P	相机做出所有拍摄决定
肖像模式		相机优先使用短景深，让背景变模糊
体育运动模式		相机优先使用较快的快门速度，清晰捕捉各种动作
风景模式		相机优先使用长景深（所有内容都清晰对焦）
微距模式		相机为非常近的拍摄对象优先使用短景深和微距镜头设置
快门优先模式	S或Tv	您选择快门速度，相机设置光圈
光圈优先模式	A或Av	您选择光圈，相机设置快门速度
手动模式	M	完全的控制：您设置所有控制项、快门速度、光圈和ISO

2.7.2　体育运动模式

体育运动模式默认使用较快的快门速度，从而可以清晰捕捉快速移动的儿童或体育运动中的各种动作。这种程序模式是快门优先模式的一种变体，后者允许您选择准确的快门速度，然后让相机设置光圈。

2.7.3　风景模式

风景模式优先使用较长的景深设置，让从前景到背景的所有内容都清晰对焦。该模式不太适合用在儿童摄影中，但是在室外拍摄儿童时可能很方便，因为此时可能想包括背景中的细节，或者拍摄一群人时可使用该模式，这样可让每个人都清晰对焦。

2.7.4　特写或微距模式

微距模式非常适合于将刚刚落在花朵上的蜜蜂拍摄下来，但是该设置也非常适合于儿童摄影师，因为可以近距离拍摄婴儿的脚趾、睫毛、耳朵和手指等。

2.7.5　光圈优先模式

很多数码相机都有一个光圈优先模式，通常其缩写是A或Av。该模式允许摄影师决定光圈（或f级），然后让相机相应地选择正确的快门速度，从而实现正确的曝光。光圈优先比肖像模式更好，因为前者允许对图像进行更多的控制。您可以设置所需的准确光圈，然后让相机完成其他工作。光圈优先模式比自动模式更巧妙，所以世界上很多专业肖像和婚礼摄影师都使用该模式拍摄。

一般情况下该模式都是比较好的选择，但是它在儿童肖像摄影中特别有用。该模式可简化操作过程，允许您注意构图的同时确保获得正确的曝光。拍摄儿童时心中已经想了很多方面了，无需在相机功能上分心！需要做的就是对象的哪些部分应该清晰对焦（是用短景深还是长景深）。

选择要使用的光圈 /f 级时。可以看到较大的 f 级（较小的数字，如 f/4 和 f/5.6）可以为肖像提供非常好的景深。决定使用哪种光圈的最佳方法通常是实践。

很多摄影师现在使用更大的f级（如f/1.5甚至是f/1.2）来突出自己的肖像风格。这可实现更明显的选择性对焦区域，并将除主拍摄对象以外的其他所有内容都失焦。拍摄对象可以是脸部，也可以是脚。这是创意的自由！只是要记住，使用大光圈拍摄时，犯错的余地非常小，很容易让所有内容都失焦，所以一定要练习、练习、再练习！

可通过光圈设置来操纵景深。用相同的设置拍摄相同的对象，只是每次拍摄都使用不同的光圈，这样就可了解镜头的光圈如何影响图像的效果。

关于此照片：该照片中的景深非常短，只有左眼是清晰对焦的，右眼则是失焦的。1/250s，f/2.0，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

使用非常短或非常浅的景深近距离拍摄肖像时，在距离相机最近的眼睛上对焦是个好主意，如图2–11所示，这样人们的注意力会立即落到拍摄对象的这只眼睛上，然后才会让人逐渐查看照片的其他部分。如果仔细查看该照片，会发现婴儿的左眼（距离相机最近）是清晰对焦的，而她的右眼则稍微有些失焦。

2.7.6 快门优先模式

快门优先模式允许您为拍摄对象确定最佳的快门速度，然后让相机完成其他工作。所以如果要拍摄女儿的垒球比赛，并且想清晰捕捉非常重要的一瞬间（参见图2–12），那么可将相机设置在快门优先模式中，使用较快的快门速度，然后让相机完成其他的任务。

如果发现由于相机提供的选择让您的创意实现受限（如果是傻瓜相机并且只有自动模式），此时可能需要考虑购买更高级的相机了。查看第 9 章，了解有关相机和镜头的建议说明。

关于此照片：使用较快的快门速度捕捉正滑向本垒的那一刻。1/800s，f/5.0，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

2.8　控制手中的相机

如果您已经看到了本章的这里，可以奖励自己一下。我们已经辛苦地读完了很多技术信息，但是如果能学着练习一下其中讨论的一两个技巧，那么您的耐心会得到回报。重要的是要记住，所讨论的每个方面只是您摄影工作中的一个工具。拍摄下一张照片前要问问自己："我需要什么？"是否要近距离拍摄美丽的初学走路的孩子并让背景模糊，这样可以将注意力集中在他的脸部？也许喜欢清晰捕捉您12岁的孩子滑着滑板并从邻居的坡道跳起的场面。与其让相机完成所有拍摄决定，为什么不自己进行控制并开始做出有关所摄图像的每个决定呢？在心中为您的拍摄对象设置光圈，而不只是让足够的光线进入相机并拍摄照片。有意选择相机设置并且心中有自己所想的拍摄对象时，就会对自己摄影技术的进步速度感到惊奇。

作 业

景深和选择性对焦

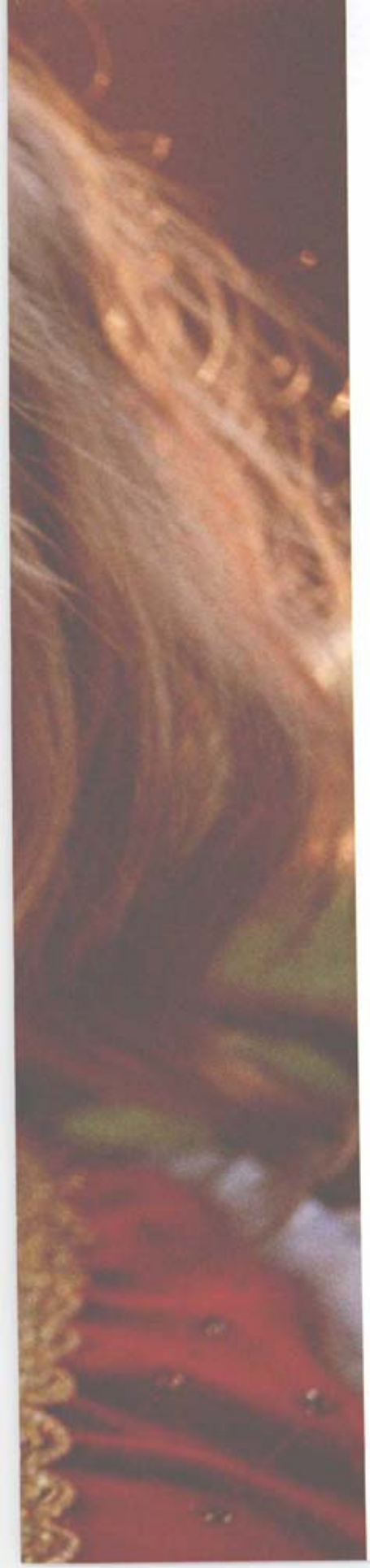
这次作业要求用景深来操纵照片。对于这次作业，要用选择性对焦方法获得美丽的照片，这意味着拍摄对象应该清晰对焦，而其他所有部分都失焦。拍摄一位或多位儿童，将相机设置在肖像或光圈优先模式（如果具有该模式）。如果使用光圈优先模式，可选择数字较小的光圈（f级），如f/4.0或更低。如果在拍摄对象上对焦，那么这个f级可确保实现较短的景深。与使用自动模式（基本上会将所有内容清晰对焦）拍摄相比，会看到用这些设置拍摄的肖像有哪些差别。

此处的小女孩照片中具有饱满的色彩，但是景深实际上将她与金色的背景分开了。注意背景是失焦的，突出了清晰对焦的她。这是突出拍摄对象并将其与背景分开的出色方式，从这张照片中就可看出，失焦的背景让肖像更具艺术气息。

©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

完成这次课外作业后不要忘记访问http://bbs.fengniao.com/forum/forum_205.html，在此可与他人分享您的最佳照片，并查看其他读者是如何完成该作业的。还可以发表评论并阅读评论、鼓励建议和反馈。

©Allison Tyler Jones



3

第 3 章
观察光线

- 学习观察光线
- 可用光线
- 黎明和黄昏的光线
- 使用反射和阴影
- 在雾天或阴天摄影
- 找到轮廓光
- 使用柔和的窗户光线
- 知道何时进行折中

© Laura Cottril/www.lauracphotography.com

学习观察光线不仅能使照片更好看，更重要的是，可以使照片的“感觉”不同。如果使用得当，光线可以为原本普通的照片添加一种情感要素。

要想得到生动感人的照片，必须要非常喜欢光线。现在就放慢脚步，看看周围的光线吧。正好在阳光照进房间的窗户旁边吗？或许正在台灯柔和的光线下阅读。观察房间内的物体，看看照在它们上面不同角度的光线会产生什么样的阴影。一旦开始留意，就会在所到之处看到光线产生的效果。无论手中是否有相机，光线都将改变您的生活。会开始观察光线是如何用柔和的光亮或斜斜的光线形式来揭示自己，照亮面前的各种形状。可以看到光线能够表现意境、增加戏剧性和梦幻般的感觉。还能看到温暖的下午阳光能让颜色更鲜艳，而太阳刚好升到地平线上时的黎明光线，则能够减弱颜色或使颜色变得更柔和。

3.1 学习观察光线

在2007年以101岁高龄去世的知名摄影师Ruth Bernhard曾经说过“光线是我的灵感、我的颜料和画笔。它与模特一样，都是至关重要的。它意味深长地抚爱着精美的曲线和直线。”在Ruth Bernhard的某个工作室中度过的第一天是没有相机的，她的目的是让学生的注意力集中在光线上。云彩经过头顶或太阳从背后照亮花朵时，学生们开始用一种完全不同的方式观察这个世界：一个充满光线和阴影、反射和纹理的世界。Bernhard的学生认识到，无论手中有没有相机，仅仅通过观察光线就可以使他们的生命永远得到升华。就像冥想一样，放慢节奏，用一些时间来观察，真正看到周围环境的美丽和优雅，这是捕捉独特和卓越图像的第一步。

“光线是摄影的圣杯。”——Randy Romano，摄影的本质。

光线本身也可以是图像的焦点，例如在图3-1中，接近傍晚的暖色光线在年轻的小女孩身上营造了美丽的光辉。

拍摄儿童时，学习用一种精确或深情的方式使用光线时需要细心、正确的态度和练习。花些时间观察环境中光线的效果，然后在日常生活中密切注意同样的光线是如何落在儿童身上的。

如果曾经观察过他们（时间长短不重要），可能会注意到他们坐在卧室的窗户旁时，他们的皮肤看起来像天鹅绒般柔软，或者在游乐场中跑来跑去时，光线在他们头发上产生的金色

3

关于此照片：夕阳完美地突出了这个美丽少女的侧面。1/125s，f/5.6，ISO 400。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

光晕效果；他们坐在明亮的早餐桌旁的高脚椅上，或者他们坐在花园浴缸里把头浮于水面上，他们的褐色大眼睛是如何看起来能捕捉光线的。所有这些情况将使您能看到拍摄儿童的各种可能性，拍摄时可使用光线表达您对他们以及那一刻的感觉。

观察下面两张同一个儿童的照片。通常进行室内儿童摄影时，有一个方法是在拍摄照片时使用闪光灯，但是可能还有更好的方法。图3-2中的照片在拍摄时使用了相机上的闪光灯，可以看到闪光灯让皮肤发白，并在小女孩的周围留下明显的阴影。拍摄图3-3所示的照片时，摄影师

关于此照片：相机上的闪光灯使皮肤发白并产生明显的阴影。1/250s，f/2.8，ISO 200。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

让小女孩移到门口，此处有自然光线照进来并且照亮了她，从而展示出皮肤的纹理，更重要的是，让图像具有一种完全不同的情感。

因为室外光线很充足，所以似乎在室外进行拍摄会更容易，但是要记住，光线量并不像光线品质那么重要。图3–4中的照片是在直射阳光下拍摄的，其中的每个人都眯着眼睛并导致他们的脸上有明显的阴影。考虑了光线的来源并找到开放阴影后拍摄了图3–5中的照片。让家庭成员挪到有开放阴影的地方，这会让每个人都有自然的表情，人们看图像时的感觉就完全不同了。不同光线可以产生的效果差异是不是很令人惊奇？

关于此照片：让儿童位于有自然光线的门口内，这样光线可照在女孩的脸部周围，清晰展示皮肤的纹理。1/250s，f/2.8，ISO 200。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

提　示

如果您是摄影初学者，可能想在开始时使用相机的自动模式，这样就可以集中精力观察光线。完成本书中的全部作业后，要把所学的知识付诸实践；为了那些练习摄影以及对他们的相机有更深入了解并想了解更多技术信息的人，我们在图像说明中包含了相机设置。

***关于此照片：**这一家人直接处于刺眼的直射阳光下，因此所有人都眯着眼睛并且表情也不太自然。1/800s，f/3.5，ISO 100。©Allison Tyler Jones/ www.atjphoto.com*

***关于此照片：**让这家人移到有开放阴影的地方，这样可使用柔和的光线并且让表情更自然。1/125s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones / www.atjphoto.com*

3.2 可用光线

本书中的许多照片是在非常好的光线条件和自然环境中拍摄的，例如在图3–6中，光线照在小女孩的脸上时旁边的树枝产生了晕影效果。本章中的所有照片都是利用可用光线拍摄的。顾名思义，可用光线就是场景中可用的光线，不使用闪光灯或反光板，只依靠环境中现有的光线进行拍摄。

在图3–7中，阳光刚好照在金发小男孩和小女孩的身上，让照片中的儿童像天使一样，并让他们与背景分开，同时让阴影落在他们的前面。

交叉参考

第 4 章介绍了如何操纵光线或为景物添加光线。

关于此照片：*斑驳的光线落在快乐的小女孩周围的树叶上，把她的脸照亮。互补的红色和绿色增强了照片的冲击力！1/60s，f/4，ISO 160。©Ginny Fetch/www.silverliningimages.com*

3

3–7

关于此照片：美丽的逆光、长长的倾斜阴影以及头部位于理想的三分点处，所有这些都表现出对这些快乐儿童的羡慕。1/125s，f/8，ISO 200。©Sherman Hines

图3–8、图3–9和图3–10中的白色大沙发被窗户照进来的光线照亮，并将光线反射到屋内各处，为这个姐弟系列的肖像照片添加了生机勃勃的氛围。

让我们实际看一看拍摄儿童时可以利用的各种光线条件。

引　用

“观察光线并欣赏它的美丽。闭上眼睛，然后再睁开眼睛观察：所看到的将会完全不同。”——Leonardo da Vinci。

关于这些照片：这些漂亮的窗户光线照亮了房间，而白色的沙发充当了巨大的反光板，照亮了这对滑稽的姐弟。1/320s，f/3.5，ISO 400。©Stacy Wasmuth/www.bluecandyphotography.com

3–8

3–9

3.3 黎明和黄昏的光线

许多优秀的摄影师只在黎明和黄昏的光线下拍摄。早晨的光线通常是冷色调的，而晚上的光线通常是暖色调的，每种光线都能营造特殊的意境和纹理。因为黎明和黄昏的光线都是以很大的角度照射在物体上，并且经过了大气的散射，因此通常比效果不好的直射光线要少见（如图3–11和图3–12所示）。

提　示

在网上查看所在地区的日出和日落时间，尝试在日出之前或之后 30 分钟或者在日落之前 1 小时进行拍摄。仔细观察太阳在天空中升起或降落时光线如何变化，及其对正在拍摄的儿童身上的照明有何影响。

3

众所周知，光线能影响人的心情。您可能会注意到早晨和黄昏时的人和自然都很寂静，这时与儿童在一起进行拍摄是多么令人愉快。此时的照明和氛围很适合观赏自然的美景和安静地交谈。但是在这种光线下进行拍摄的一个缺点是这段时间非常短。正在欣赏和利用光线进行拍摄时，它就消失了，这常常会让人产生挫折感，所以必须学会迅速和本能地进行拍摄。错失几次拍摄机会之后，就会认识到这种光线的存在时间是多么短暂。

关于此照片：这三兄弟在溪水边玩打水飘的游戏，此时光线在周围的树叶上晃来晃去。构图时让几个男孩站在一起，表现出一种亲密友好的关系。1/60s，f/3.5，ISO 160。©Marianne Drenthe/www.marmaladephotography.com

想　法

作为一种令人愉快的练习，可在黄昏时刻坐在公园内观察光线。观察光线产生的光晕和阴影，并观察色偏。如果不在此时拍摄儿童，那么进行这种观察还是比较有意义的。

3.4　使用反射和阴影

观察光线时，要注意环境中的反射和阴影。反射和阴影都可以用作动态设计元素，可为照片添加额外的效果。在一些明显的地方（如窗户玻璃或镜子）可以看到反射，但是在水坑或退潮后的沙滩上只能看到不太明显的反射。对于早晨或下午的光线，这时阳光以一定角度照射，所以能形成有一定角度或变形的阴影，这可增加照片的趣味性和戏剧性。阴影表明时间在流逝，这可以捕捉欣赏者的想象力。阴影和反射可为照片增加立体感，这也有助于让照片讲述一段故事。

3.4.1　反射

水中或窗户中物体的反射会变形，但是能

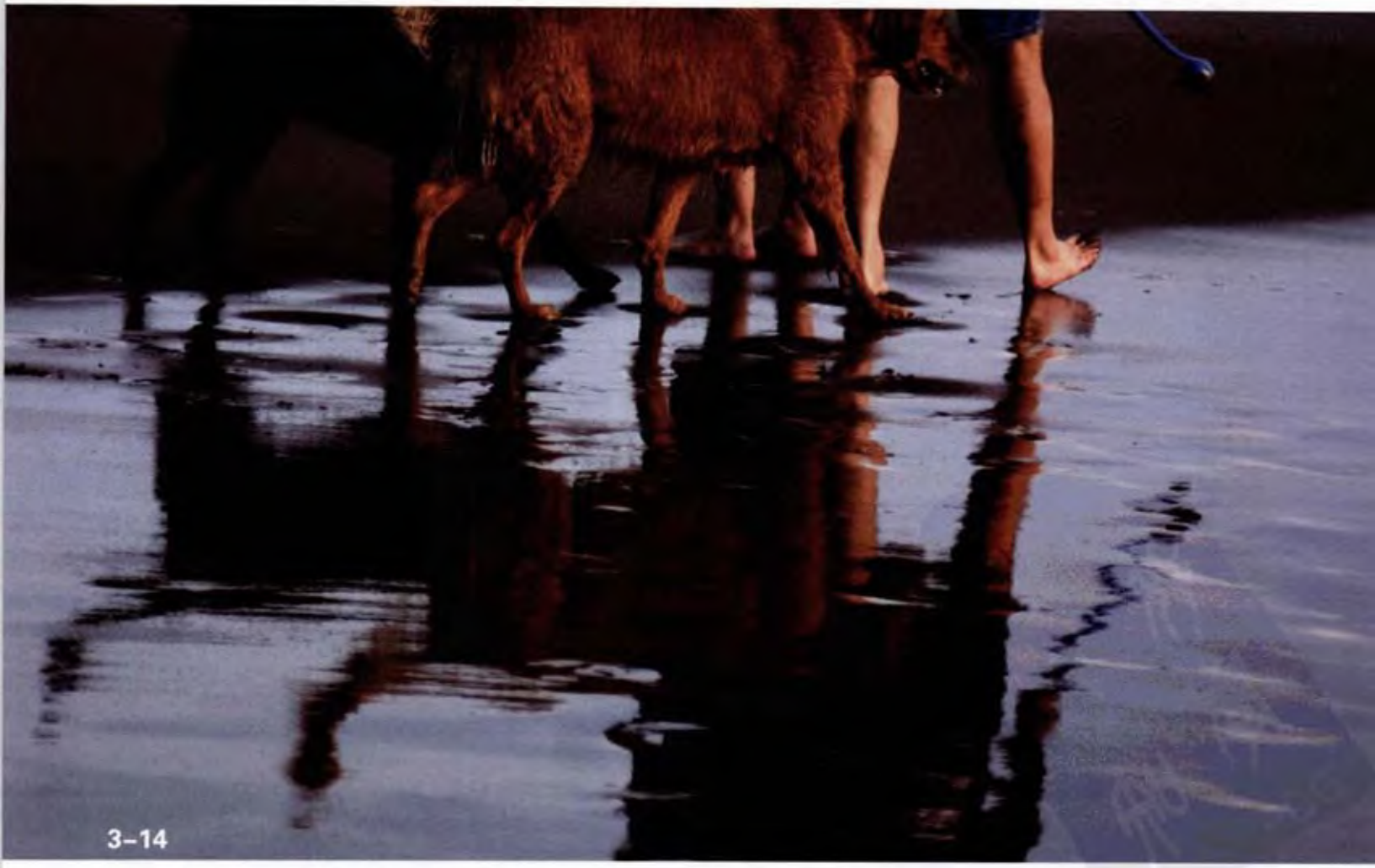
关于此照片：公园中傍晚时的一道斜斜的金黄色光线弥漫在正在跳舞的小女孩身上。注意她前面成一定角度的长长阴影。1/60s，f/6.3，ISO 400。© Ginny Fetch/www.silverliningimages.com

关于此照片：在雨天，小男孩正仔细观察自己在水中的倒影，这可增加照片的深度感和立体感。1/1600s，f/2.0，ISO 200。©Stacy Wasmuth/www.bluecandyphotography.com

产生一种艺术效果，能为照片增添艺术格调，如图3–13所示。

退潮后的海滩是利用反射进行拍摄的绝佳位置（如图3–14所示）。所增加的色彩、纹理和设计要素可以成为构图中引人注目的另一个元素。反射的美丽之处在于它无需显示每个细节就能让人想到更大的场面，让欣赏者可以在脑海中添加其他细节，从而形成自己关于该照片的故事。

使用从窗户照入的柔和光线时，要注意拍摄对象在玻璃上的反射。如果头部转向光线，那么除了反射的内容之外，可能看不到脸部的细节。此外，反射的图像会有轻微变形、颜色变淡并且比较朦胧的情况发生。可使用反射作为视觉隐喻，通过让欣赏者首先看到照片中明显的部分，然后再稍近观察反射的部分，并仔



3–14

关于此照片：*男孩拿着球杆并和他的狗在海滩上漫步时的倒影揭示出傍晚太阳光的美丽。*
1/500s，f/5.6，ISO 400。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

细思考和想象照片上还有什么，这样可加深照片的含义。

也可以按字面意思来理解反射。寻找您周围的镜子或窗户，并像图3–15和图3–16那样拍摄相同的照片。

婴儿喜欢去看其他婴儿，即使这个其他婴儿是自己也是如此！利用婴儿的这种好奇心，在他们能触及的地方放一面镜子，然后看看会发生什么（如图3–17所示）。

关于这些照片：*图3–15中显示了经典的母亲和婴儿对象，图3–16所示是通过拍摄妈妈卧室中镜子内的图像而得到的有意思的照片。1/250s，f/2.8，ISO 640。©Stacy Wasmuth/www.bluecandyphotography.com*

关于此照片：因为婴儿天生对其他婴儿感到好奇，所以利用反射拍摄婴儿照片时可以给他们一个镜子玩。1/320s，f/2.8，ISO 400。©Stacy Wasmuth/www.bluecandyphotography.com

3.4.2 阴影

最初学习摄影时，可能不敢使用阴影光线，害怕不能正确照亮拍摄对象。不要怕会犯错误，应该仔细探究阴影如何影响所拍摄的照片，这么做的回报是值得的。

首先研究落在所拍摄儿童身上的阴影。阴影可以是由一组从楼梯照入的光线所形成的（如图3-18所示），或者是任何能产生图案的物体所形成的，它们都有助于在照片中构成有趣的元素。

在晴天中，光线和阴影的作用可产生突出儿童外形或轮廓的投影，如图3-19所示。实际上这里有两幅图片：实际的儿童和由他的阴影所产生的儿童。

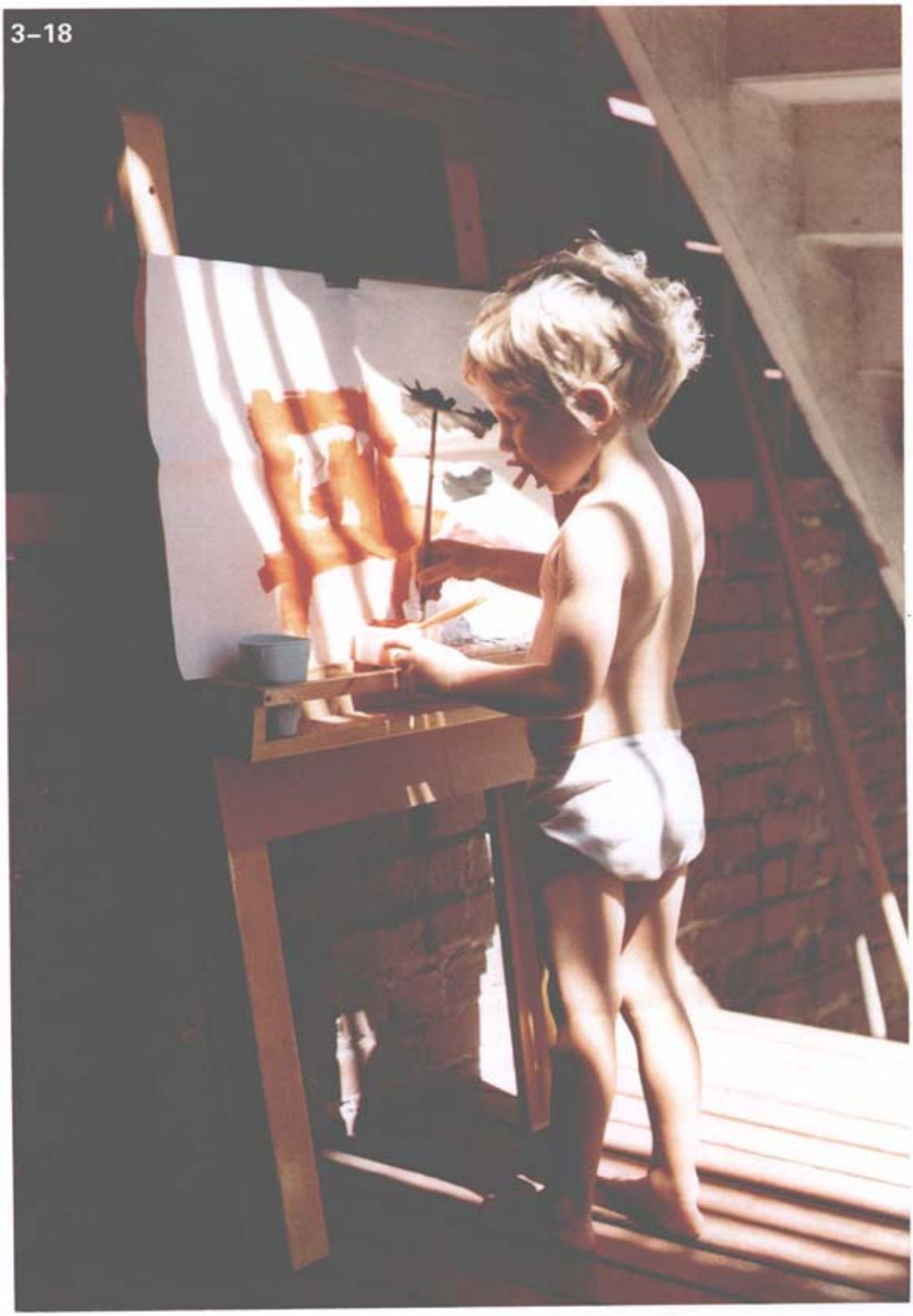
注 意

在一个有树荫的环境中拍摄儿童时，要注意上面不断晃动的树叶所投下的斑驳光线。为了获得均匀的阴影，可移动拍摄对象，或尝试使用第 4 章介绍的填充光技巧。

3

关于此照片：*在晴朗早晨工作的小艺术家看起来被有阴影的光线所包围着，此时他正专注于玩弄颜料。嘴里的奶嘴让故事更有戏剧性了。1/125s，f/5.6，ISO 200。©Ginny Fetch/www.silverliningimages.com*

3–18



关于此照片：醒目并且有一定角度的光线和阴影让这个年轻人看起来很自信。注意力集中到他的眼睛后，目光就会移到墙上突出的阴影中。1/200s，f/5.6，ISO 400。©Scarlett摄影

即使在照片中看不到整个儿童，阴影也可以使人看出儿童的轮廓，如图3–20所示的荡秋千的小男孩照片。人们可以想象所缺少的男孩上半部分，从而为此照片增添了更为抽象的感觉。

提　示

使用便携式数码相机的人可以查阅手册了解有关闪光灯设置的信息。相机是否允许关闭闪光灯或将其设置为较低的设置值？学习如何利用光线时该设置很有帮助。

关于此照片：不需要看到整个男孩就能感觉到他在荡秋千时那种自由自在的感觉。1/500s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

3-20

3.5　在雾天或阴天摄影

虽然多数海滨地区的居民喜欢炎热、晴朗的天气，但是当雾气滚滚而来时，许多摄影师会特别激动，因为他们可以利用模糊的光线为照片带来一种超凡脱俗的感觉。阴天的光线柔和、令人愉悦，摄影师整天都可以进行拍摄。

3.5.1　雾天

在雾天里，光线是柔和的，场景更趋向于变为单色或淡色调的，并且明暗反差为零。雾可能比较淡也可能比较浓，可能在高处也可能在低处，并且随时在改变。它的不可预见性增添了它的神秘感。要想充分利用雾，需要避免高处的雾，因为高处的雾不能得到朦胧的美感，要减弱环境中的明暗反差就需要这种雾。寻找能使周围的小山或植被变暗的低处的浓雾。不同季节雾的表现各不相同，因此要在比较好的雾天进行拍摄。依靠自然的力量来实现照明，您应该利用这样的机会。在天气比较适合，并且拍摄对象处于由雾提供的均匀平面光线中时，儿童可以嬉戏和玩耍，因而可以不必关心光线来自哪个方向，这样可以为作品增添一种自由的感觉。

如果是浓雾天气，直到上午10点或11点时的光线可能都不足以进行拍摄。在下午时不要等得太晚，否则雾气可能让场景变得很暗以至于看不到光线。与拍摄所有对象一样，进行试验是很关键的。

记住，大量的雾可以造成弱光情况，这可能会使相机自动启动闪光灯。不要在雾天使用闪光灯，因为水滴能反射光线，最终使照片上好像有点一样。关闭闪光灯设备。如果必须使用相机上的其他模式来防止闪光灯闪光，可以使用Av模式或光圈优先模式。利用此设置可以让镜头打开至光圈f/4.5或更大，而所需的快门速度则由相机确定。

交叉参考　有关光圈和 f 级的更多技术信息，请参阅第 2 章。

用这种光线拍摄的并且更具艺术性的照片被认为是亮调照片，即浅色的拍摄对象在浅色背景前，如图3-21和图3-22所示。如果计划正确，让小孩穿浅色的衣服，就会发现照片中最暗的元素是小孩的肤色，这能真正引起人们对小孩的注意，同时保持背景甚至衣服颜色更加柔和。这些都是因为相对比较均匀的光线使照片中的小孩成为主要强调的部分。

关于此照片：连续3张两姐妹在海滩上玩耍的照片表现出两个女孩于周围环境之间的独特关系。单一的色调令眼睛感到很舒适。1/250s，f/16，ISO 400。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

3.5.2 阴天

阴天给人营造出一种温柔浪漫的感觉。因为光线更柔和并且反差很低，所以更容易实现比较好的照明效果，没有刺眼的阴影或太亮的高光部分。这样的光线可以把您解放出来，将精力用在照片的构图和小孩的表情上。

虽然阴天比直射的阳光能提供更加均匀的照明，但是如果在中午进行摄影，光线仍旧来自于头顶，那么如果不小心的话仍有可能导致“浣熊眼”效果。下一节将介绍怎样让光线以正确角度照射到拍摄对象上。

3.6 找到轮廓光

轮廓光使原本平面的相纸（拍摄的照片）有一种立体感。理想情况下，照在脸上一侧的光线强度是另一侧的3倍，或者说是3：1的光比。不要惊慌，这不是数学测验。虽然有些微妙，但这只是学习如何观察落在脸上的光线。

3

关于此照片：*在雾天和单一色调的衬托下，一家人在海滩上玩耍时显得更好看了。涌到岸边的水泡形成的曲线围在他们周围，他们的姿势看起来像在跳舞。1/250s，f/11，ISO 400。©Ginny Fetch/www.silverliningimages.com*

我最喜欢做的练习之一是在晴天、多云天或阴天利用光线拍摄轮廓效果。理想情况下，找到森林或草地边有树木的地方。光源是从开阔天空上很低位置照射下来的光线，不应该有直射的阳光，如图3–23所示。

在寻找拍摄地点时注意观察一下落在树上的光线，看看能否找到一面的光线比另一面亮的

关于此照片：*该视角展示了用于肖像摄影的较低并且很开阔的光源——天空中没有太阳。1/2500s，f/5.6，ISO 640。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

树，并找到树上的反射高光部分，或者是分隔高光与阴影部分的亮线，如图3–24所示。如果这个位置有大量不想在最终照片中出现的物体，不必为此担心。可以专注于拍摄对象而不去理会那些能分散注意力的细节。

如果让脸出现在如图3–25所示的位置，可以看到脸上会出现类似的光线，并让反射高光出现在鼻子部位。Daisy脸上的光线与前面看到的树上的光线是一样的。摄影师要求她转动头部，直到头部出现光线，并且小的三角形光线出现在她的左侧脸颊上。脸一侧的光线强度应该是另一侧的3倍。如果她的脸向右转一些，在阴影还没有离开脸上时，能在另一侧的脸颊上看到三角形光线。研究书中的插图，然后到现场进行练习。

这实际上是在练习如何观察光线，从而可以看到光线和阴影之间的微妙区别，并且想要照亮拍摄对象时可以使用它。

关于此照片：*由于图中树上的反射高光很明显（参见树干的高光部分和阴影部分），因此要选择背景。虽然有建筑物和树的干扰，但是在相机的取景器中可以分开拍摄对象和树木。1/200s，f/5.6，ISO 640。©Ginny Fetch/www.silverliningimages.com*

关于此照片：*高光和阴影部分使Daisy的脸部显得更有立体感或者说更有形。注意落在她鼻子上的反射高光（最亮的一道光线）增强了脸部的轮廓感。1/200s，f/5.6，ISO 640。©Ginny Fetch/www.silverliningimages.com*

3.7 使用柔和的窗户光线

拍摄儿童时，通过窗户（特别是朝北的窗户）照进来的光线是一种非常好的、柔和的光源。实际上只要光线没有被室外的树木挡住，并且日光不是通过窗户直接照到拍摄对象上，就可以使用任何窗户提供的照明。

如果使用从窗户直接射入的日光以使图片具有更高的明暗反差，则是一种例外。当然，这样就无法生成柔和的、散射的无阴影光线。

学习如何使用窗户光线，进行试验并使用您自己的艺术观点会很有帮助。但是，没有什么方法可以帮助您更有效地控制和使用它。如果所在的房间没有其他窗户射入会让人分心的光线，就可以更好地观察光线的方向，如图3–26所示。

引 用

“在拍摄前和拍摄后考虑一下照片，从来不在拍摄过程中考虑。秘诀是从容地进行拍摄，决不能太快。拍摄对象必须忘记您的存在。但是，之后必须非常快地完成拍摄。”——Henri Cartier-Bresson。

关于此照片：*Olivia的美丽的侧面像被光线所包围着，颜色柔和并且很协调。这种表情使面部肌肉放松，让她的皮肤显得更柔软。1/25s，f/16，ISO 1600。©Kim Spilker*

3

图3-27和图3-28中所示的照片是从附近窗户中射入的柔和、有方向性光线的示例。侧光照射到小孩柔软的皮肤上，使她看起来像小天使一样。

当然，可以先用一个成人或非常配合的儿童作为拍摄对象进行练习，这样有机会真正地观察光线、移动拍摄对象并绕着拍摄对象移动。

可让拍摄对象离窗户非常近然后移动到更远一点的地方来进行试验，同时观察微妙的变化。如果拍摄对象面对您，看一下背景，确保背景比较整洁并且落在阴影中。开始时不要使用窗户作为背景。观察光线是如何进来并照亮靠近窗户的脸部一侧的。脸部的另一侧落在阴影中，让拍摄对象的脸部慢慢转向光源时，观察光线如何让脸显得更有形。

3-27

***关于此照片：**从落地窗进来的柔和并且无方向性的光线照亮了美丽的小芭蕾舞演员。1/250s，f/2.8，ISO 400。©Stacy Wasmuth/www.bluecandyphotography.com*

3-28

***关于此照片：**这一组窗户提供的令人印象深刻的照明为小男孩的肖像增添了立体感，如果使用闪光灯，那么这种立体感就会完全消失。1/400s，f/3.5，ISO 500。©Stacy Wasmuth/www.bluecandyphotography.com*

如本章前面所述，脸上的理想照明其光亮和阴影部分的光比是3：1。对于窗户光线而言，这意味着靠近窗户的脸部区域的光线是脸部阴影区域的3倍。调整拍摄对象，直到在阴影一侧的脸颊上看到三角形光线（如图3–29所示）。此外，这还有助于脸部的造型，使脸部呈现出形状感、深度感和质感。

交叉参考

有关如何使用反光板捕捉光线和改变光线的更多详细内容，请参阅第 4 章。第 4 章还深入介绍了用于操纵光线的反光板和其他工具。

3–29

***关于此照片：**注意围绕在小男孩脸部的光线如何在他鼻子左侧形成三角形光线。这是轮廓光。1/80s，f/8.0，ISO 800。*
©Ginny Felch/www.silver liningimages.com

如果感觉进入的光线太亮或太强，可以在窗户上使用薄纱窗帘或白色床单来散射光线。如果拍摄对象脸部阴影一侧的阴影太暗，可能要在该侧增加一个反光板或类似的工具，捕捉从窗户进入的光线并将其反射或反弹到阴影部分。有时可以使用该技巧把光投射到眼睛中，在眼睛中形成摄影师称为捕获光的闪烁光线，这能使拍摄对象的眼睛看起来活灵活现。

最重要的是进行试验。现在已经具有一些关于窗户光线的基础知识，应该将这些知识付诸实践：让拍摄对象移动、转动，围绕着她移动、让她看着您、让她看窗户、从窗户望别处等。以站立的姿势拍摄一张照片，然后在和拍摄对象的眼睛同一高度的位置上拍摄，再从下向上拍摄。可以确定哪些地方吸引您，那就是照片的成功之处。不要忘记看看窗户中那些美丽的倒影。

3.8 知道何时进行折中

正如您目前所知道的，拍摄儿童时，受灵感启发或特意使用光线能够对最终照片产生很大的视觉或情感影响，如图3–30所示。这种影响正是我们要探索和识别的。但是如果光线不是很完美，或者正在发生重大的事件并且没有合适的光线，这时该怎么办？

这种时候记住著名摄影师Henri Cartier-Bresson的作品很有帮助，他因提出了术语“决定性时刻”而闻名，这是视觉元素和叙事元素汇集在一起的瞬间，在这种时刻可以表现摄影师的意图或看法。

通过深入研究他们的作品，儿童摄影师可以学到许多关于如何观察那些决定性时刻的知识。

3

Cartier-Bresson所说的“决定性时刻”可能难以捕捉，但是当表情、光线和构图在一个美妙时刻完美融合在一起时，努力寻求那种“决定性时刻”还是值得的。不断练习后，就能准确地知晓何时才是“决定性时刻”。这种时刻出现时，只需表示出您的感激并捕捉住这种时刻就可以了。

其他一切都是折中吗？绝对不是！如果捕捉到令人惊奇的表情或者得到了非常漂亮的构图，但照明并不令人满意，仍旧可以拍摄出成功的肖像作品。

现在您有了已经融入思想深处的秘诀，看到生动的光线时就能识别出来。另外还有一些线索，让您知道从哪开始寻找生动的光线。

儿童肖像永远是灵魂和精神的艺术，因此，首先要把儿童及其个性记在心里，然后灵活使用光线和阴影，要让照片欣赏者能感受到照片中这个儿童的情绪和情感。

3–30

关于此照片：*学习观察环境中的光线，使用该光线讲述一段故事，如这张兄妹欢迎他们婴儿妹妹的照片中从窗户照入的温暖光线。1/125s，f/5.0，ISO 800。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

作 业

光线的魔力

选择本章介绍的一种光线条件来完成本次作业。确保这种光线能激发您的灵感或吸引您的注意力，这样就可享受从中发现的乐趣。使用这种品质的光线拍摄儿童照片。在此照片中，对光线和光线的使用进行说明。确保闪光灯是关闭的，或者把ISO值“设置”为足够高，从而不会自动启动闪光灯，尝试观察和使用环境中的可用光线来拍摄。

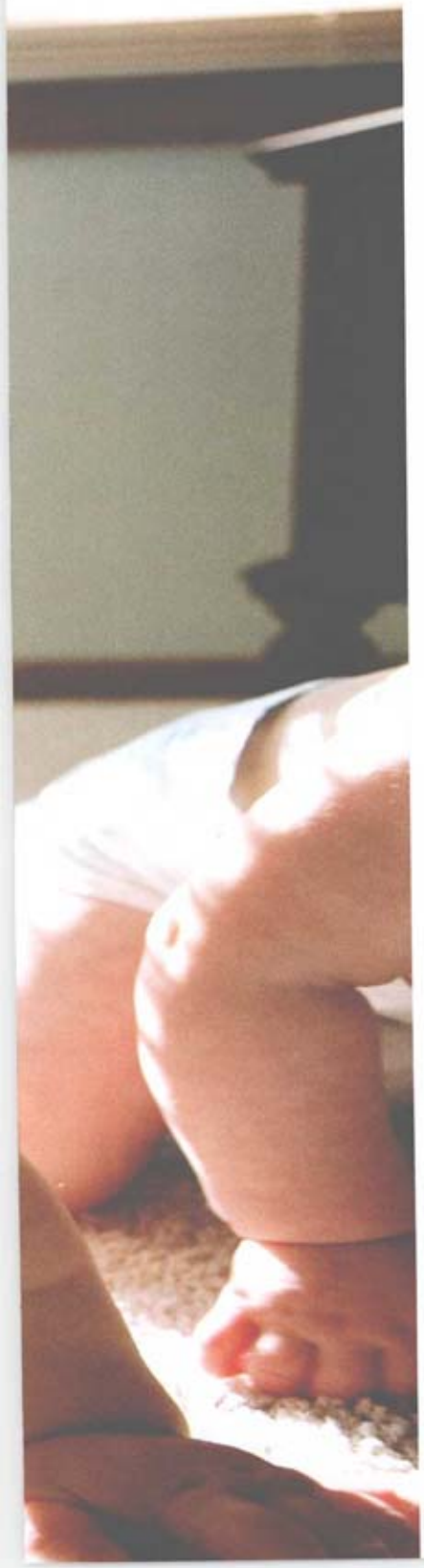
例如，在下面父亲抱着新生儿的照片中，我选择高调环境和非常简单的背景。白墙和白色短裤对人的吸引力降低，而父亲和婴儿的肤色成为照片的焦点。拍摄对象右侧的大窗户提供了柔和的方向性光线，突出了人物的轮廓、形态和纹理。整个照片表达了非常感人的这一刻中人们间的亲切感。1/125s，f/8，ISO 400。

©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

完成这次课外作业后不要忘记访问http://bbs.fengniao.com/forum/forum_205.html，在此可与他人分享您的最佳照片，并查看其他读者是如何完成该作业的。还可以发表评论并阅读评论、鼓励建议和反馈。

©Allison Tyler Jones/atjphoto.com

4



第 4 章
使用光线

- 间接光线
- 直射光线
- 是否使用闪光灯
- 光线的方向
- 光线调节装置
- 色温和白平衡
- 基本的工作室照明

©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

说到最好的光线，还应该是自然光线，理想的情况当然是阳光灿烂并且所有窗户都朝北，可以照入自然光线。不幸的是，我们生活的世界有各种各样的天气，太阳会落山，窗户可能没有朝向最佳的方向。这时儿童摄影师该怎么办？孩子们不愿在那里干等着您摆弄相机并等待合适的照明，您必须有条不紊并且迅速而高效地工作。幸运的是，很多出色的摄影师已超前一步，想出了有用并且简单的技巧来利用您所处环境中的任何光线条件。

4.1 间接光线

摄影初学者常常对找到可实现不错曝光的充足光线比较关心，以至于他们没有考虑光线的品质以及在所拍摄的儿童身上可产生的效果。开始观察光线的品质是否合适时，就会开始有意使用不同类型的照明，以便实现某种效果或表达某种情感。

对于间接光线，您一直在学习观察和使用它们。从家里的窗户射进来的光线或前廊上照入的光线都可能比较柔和美丽，因为它们是间接光线，即不是直接从光源而来的光线。间接光线已经被某些物体反射、阻挡或散射。光线可能从通向房子的混凝土人行道或者街道对面的房子反射回来，光线也可能被窗户散射。间接光线能形成更柔和的光线，并且在很亮的部分和阴影之间没有明显的界限。很难看出很亮的部分在何处就变成阴影，这有利于拍摄出美丽的照片。

4.1.1 门廊

前一章中介绍了窗户光线，但窗户并非能找到适宜光线的唯一场所。在前廊这种地方也可能找到美丽柔和的光线。门廊挡住了直射的头顶光线，形成了一个很大的，没有直射光线的地方，使小孩有一定的空间可以走动或跑动，允许您在其中进行拍摄，如图4-1所示。

关于此照片：*这个小女孩在家里前廊下转圈，这样柔和间接的光线照亮了她。1/500s，f/2.8，ISO 400。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

提　示

如果需要找一个地方拍摄照片，并要有适宜的间接光线，而却找不到门廊，那么可以试试在车库内进行拍摄。

4.1.2　开放阴影

有开放阴影的地方是另一个可以找到间接光线的地方。按照定义，开放阴影的开放是指头顶上没有什么东西阻挡光线，但是直射光线被云层或拍摄对象两侧的某物挡住了。太阳刚落到地平线下（如图4–2所示），或者落到房子或其他建筑物后面（如图4–3所示）时也能找到开放阴影。这时有足够的光线进行拍摄，但光线不刺眼，也不是直接照射在拍摄对象上。

注　意

如果您是摄影初学者，最好的方法是首先寻找和使用间接光线。能做到在间接光线下轻松拍摄时，再扩大拍摄范围，尝试在直接光线下拍摄。这样获得成功的机会要更高，这可让您有信心在更具挑战性的照明条件下进行拍摄。

4–2

关于此照片：*这张小女孩在海滩上的照片中，太阳已经落到地平线以下，但是有足够的柔和间接光线来拍摄该照片。17–55mm镜头，1/500s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

关于此照片：这张小女孩照片是在挡住了直接光线的两座建筑物之间拍摄的。摄影师让她转向光线的方向，以便让暗色的阴影不会落在她的眼睛上。1/125s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones / www.atjphoto.com

4.2 直射光线

顾名思义，直射光线直接来自光源并照射在拍摄对象上，在光源和拍摄对象之间没有任何东西阻挡光线。如果使用这种光线时不小心，很可能导致照片的效果很差，欣赏者应该不喜欢这样的照片。可能有很多照片被直射光线影响了效果——过度闪光、光线太亮或者在耀眼的阳光下拍摄，因此照片中的人看起来很可怕或者眯着眼睛。

4.2.1 直射阳光

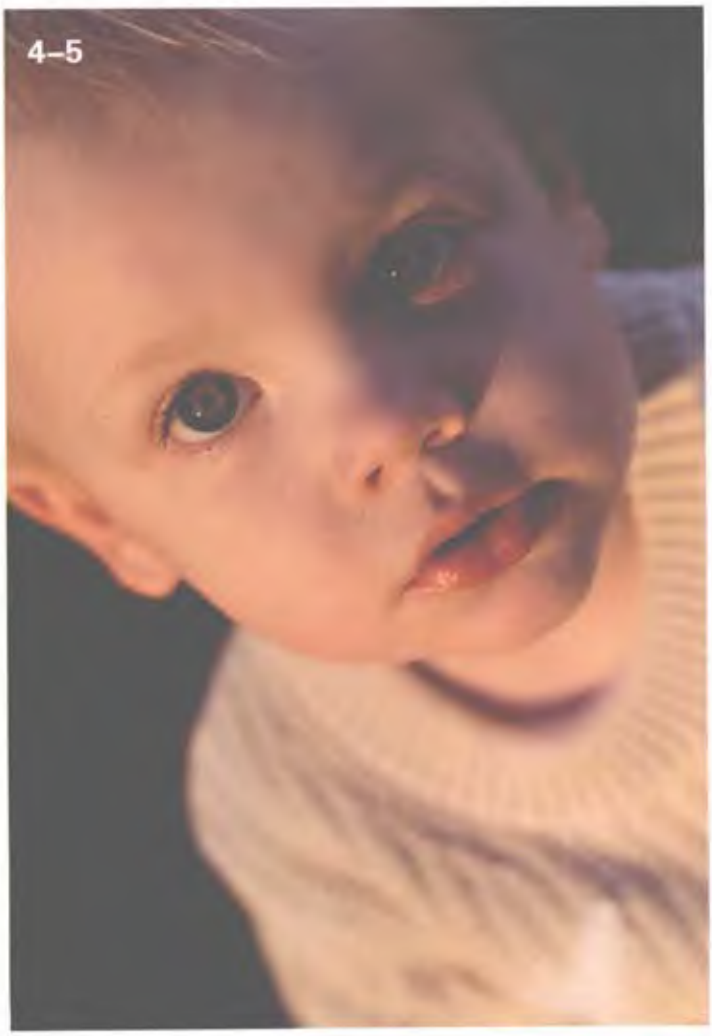
太阳是最常见的直射光线来源。如果中午直接在刺眼的直射阳光下拍摄，那么阴影会非常明显，在四周会有很清晰的分界线，并且拍摄对象几乎不可能不眯着眼睛。如图4–4所示的照片是一个最好的示例。阳光太强，以至于小男孩都睁不开眼睛！阴影很刺眼并且该照片中的高光区

关于此照片：直接在刺眼的直射阳光下拍照是一项挑战。这通常会导致照片中的儿童眯着眼睛，并且高光部分中没有任何细节。1/25s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones /www.atjphoto.com

域内没有任何细节。

除了以上这些消极影响之外，如果使用得当，直射光线也可带来一些很好的效果。对于初学者，注意光线从哪个方向照过来是很重要的。可计划在一天的早晚拍摄，因为此时的阳光照在拍摄对象上会产生一定的角度，这样就可以有更多的拍摄对象位置可供选择。在图4–5中，摄影师等到太阳在天空较低后为同一个小男孩拍照。

***关于此照片**：天空中的太阳较低时，就不会出现拍摄对象眯着眼睛的情况。1/250s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*



太阳在天空中降落到较低的位置时，光线会显得更温暖，更柔和，因此得到的效果比图4–4要好很多。

引　用

“我已经拥有光线。我已经捕获它的飞行。” ——Louis Daguerre。

4.2.2　创建晕圈：使用轮廓光或逆光

是否曾看到过这样的现象，发现某个人身后的阳光在他头发的边缘形成了一个镶边？这就是所谓的轮廓光或逆光的简单例子。工作室摄影师通过在拍摄对象后面放置频闪灯，就可模拟这种美丽的光线效果。这只是为图像增添深度、说明效果和艺术效果的另外一种方法，并且这种方法有助于将拍摄对象与背景分开。如图4–6所示，轮廓光或逆光照亮头发、头部，并使它们与背景区分开。轮廓光也为图像添加了一种情感元素。

使用此类光线需要一定的技巧，需要用到第2章中学到的各种曝光知识。最好的轮廓光或逆光出现在早晨或傍晚，这时太阳的角度较低，刚好会出现可爱光线。太阳在天空中越高，儿童头部后面的光线就越亮。如果逆光太亮，则高光区域可能丢失所有细节。要想真正地使用这种技巧，需要确保从您身后照入的环境光线（场景中的可用光线）足够多，这样才能恰当地照亮拍摄对象的脸部。有时摄影师会携带小型的金属反光板，用它来捕获拍摄对象后面的光线并将光线反射到他们的脸上。不使用反光板并针对图像的背景而不是前景进行曝光，也可使用轮廓光或逆光创作出非常生动的剪影作品。

关于此照片：这对父女沐浴在太阳的逆光中。浅颜色的衣服将光线投到他们的脸上，以免脸部太暗。1/125s，f/8，ISO 200。©Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com

交叉参考

使用晕圈或轮廓光时，需要仔细测光才能成功完成拍摄。有关详细信息，请参阅第 3 章。

4.3 是否使用闪光灯

学习控制相机的闪光灯输出是能为拍摄所做的最好事情。查阅相机的手册，看看是否可以把闪光灯输出强度调整到一半或者完全关闭闪光灯。使用相机上的闪光灯作为主光通常是一种错误。

看过只用闪光灯拍摄的较差照片之后，可能会考虑再也不使用它，但有时闪光灯还是很有用的。

4.3.1　主光和填充光的概念

照明理论的基本原则是弄清哪个光线将成为主光，哪个光线（如果有的话）将成为填充光。主光是为拍摄对象提供主要照明的光线。顾名思义，填充光是指在某种程度上填充阴影区域的光线。主光之所以重要，是因为它决定了从哪个方向照亮拍摄对象，这也决定了阴影落在儿童的哪一侧，然后通过添加填充光来补充阴影或较暗的部分。用反光板向一侧反射的光线可以充当填充光，在本章的后面会学习反光板。可将闪光灯的闪光作为填充光使用，或者以某种方式反射或散射闪光，这样就实现了一种便携式的美丽光源。

4.3.2　反射

如果相机有辅助闪光设备（通常称为电子闪光灯），就会发现通过附近的墙壁、天花板，甚至是与闪光灯呈一定角度粘在一起的白纸板来反射闪光，通常也要比直接的闪光效果要好。

辅助闪光灯通常具有可以旋转的灯头，这样就可以将闪光灯设备朝向墙壁或天花板，让反射后的光线柔和地照亮所拍摄的儿童。例如在图4–7中，医院保育室内只有不好的荧光照明，并且没有向外的窗户，但是在这张照片中您永远不会看出这一点。摄影师让闪光灯头以一定角度照向旁边的白墙，为婴儿提供了柔和、美丽的照明。这种照明方法会反射闪光灯的闪光，因此也让光线发生了散射。

4.3.3　散射

使闪光散射意味着要在闪光灯设备和拍摄对象之间放置某类材料，以便使光线变柔和，消除刺眼的阴影并使肤色不再发白。

无论使用相机上的闪光灯还是辅助闪光灯设备，对于所有类型的闪光灯设备而言，让闪光散射非常容易。市场上有很多用于闪光灯设备的光线调节装置。其实身边就有些最好但又最便宜

关于此照片：摄影师通过墙壁将闪光反射到摇篮的左侧，得到了更加自然的、像窗户光线照明那样的照片。1/125s，f/5.6，ISO 400。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

的光线调节装置，例如将一两块描摹用的牛皮纸放在闪光灯的前面就可以让闪光变柔和，会让拍摄对象看起来非常漂亮。

4.4 光线的方向

无论使用直射光线还间接光线进行拍摄，光线的方向都会对最终的照片产生很大的影响。幸运的是，在任何光线下儿童看起来都非常漂亮，所以他们是您试验不同光线方向和照明模式时的完美对象。

4.4.1 平面：使用平面或正面光

在您所看到的几乎所有的化妆品广告中，使用的照明都是正面光或平面光，即光线来自于拍摄对象的正前方，这可不是什么巧合。让拍摄对象正对着光源是一种很多人都喜欢使用的方法，因为这种照明模式会营造没有任何阴影的效果，使人的皮肤看起来没有任何纹理或瑕疵。对于儿童摄影而言，使用平面照明还有一个好处。要使用平面照明模式，就需要使用较大的光源，这样照明的面积就较大，就可让拍摄对象有一定的活动空间，如拍摄图4-8中蹲在前廊的这个小女孩时就是这样。

关于此照片：前廊上的很大一块地方都被照亮了，可供这个可爱的小女孩活动。间接的光线来自于她的正面，为她的脸部提供了柔和的平面照明。1/1250s，f/1.8，ISO 250。©Melani Sikma/www.melaniesphotos.com

4.4.2 轮廓：使用Rembrandt或三维照明

利用光线实现轮廓效果（如第3章所述）需要仔细放置拍摄对象，让光线从对象的一侧照入，可营造出脸部的立体效果，如图4-9所示。此类照明通常也称为Rembrandt照明，这是用经常借助窗户光线进行绘画的荷兰绘画大师来命名的。

通过让拍摄对象与光源（如房间中的窗户）呈45° 角就可实现Rembrandt照明。光线照射在拍摄对象的脸部时会照亮脸部的一侧，而脸部的另一侧则是阴影。这种照明也会突出对象皮肤、头发和衣服的纹理感，让图像的三维立体感更强；让人的感觉一伸手就可以触摸到图像中的人物。

4

关于此照片：让孩子坐在窗户旁边，光线围绕在她的脸部周围，可为图像营造一种三维立体感。1/500s，f/3.5，ISO 1000。©Melani Sikma/www.melaniesphotos.com

相机上的闪光灯

相机上的闪光灯是另一个常用的直射光线来源。您有没有发现，相机上的闪光灯就像是打开汽车的大灯以照亮车前的对象一样。此时可以拍摄照片，但是这种照明能够表达您想要的意境吗？

我们在第3章介绍过，使用相机上的闪光灯作为唯一的光源会让对象看起来更平面化，并在对象的身后会产生刺眼的阴影。这种照明通常还会导致红眼现象。除非您没有其他的选择，否则最好不要使用相机上的闪光灯闪光作为摄影时的主光。

4.5 光线调节装置

有很多小工具可通过各种方式调节光线，下面将它们分为3个基本的类别：反光板、柔光板或遮光板。

4.5.1 反光板

反光板是摄影世界中最常用的光线调节装置。反光板是指任何反光的表面，用于将光线反射到拍摄对象上。拍摄对象一侧的光线较暗或者要解决脸部难看的阴影问题时可以使用反光板；或者也用反光板在拍摄时引入更多的光线。在周围的环境中也可找到各种反光板，如白色的墙，它可将光线反射到对象上。也可购买专用于摄影的商用反光板，在当地的相机商店中可找到这种反光板。

反光板无处不在，如在图4–10中的这个新家内。摄影师用父母床上的白色床单和羽绒被以及父母穿的白色衣服作为反光板，为场景中增加了一些光线。即使是如图4–11中初学走路的孩子

关于此照片：父母床上白色的床单提供了美丽的反射光线。1/125s，f/2.8，ISO 500。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

身下的人行道也可作为反光板，有助于柔和地照亮场景。

您可以购买商用摄影反光板，并且用它可以非常方便地将光线反射到对象脸部阴影过重的区域。通常反光板还随附了其他的材料，如遮光板（稍后说明）。现在比较流行的反光板是双面可折叠的反光板，如图4–12、图4–13和图4–14中的小姑娘所展示的。有不同类型的反光板可供选择，如一面是白色的，另一面是金色，或者一

关于此照片：*小女孩面前的人行道所反射的光线为她可爱的脸部提供了美丽均匀的照明。1/500s，f/2.8，ISO 250。©Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com*

关于这些照片：*商用摄影反光板有不同的外形和大小。照明不太理想时反光板非常有用，并且反光板可以轻松折叠起来放入相机包。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

面是银色的，另一面是金色的。

白色的反光板不会在图像中产生任何色偏，可为拍摄对象的阴影部分提供柔和的填充光线。银色的反光板反射效果更好，对图像的影响也比较大，在低光情况下、日落时或光线消失很快的地方拍摄时，这种反光板是必备工具。如果在阴影中拍摄（照片的颜色可能偏蓝）或在阴天拍摄，那么使用金色的反光板就非常适合，它会让照片中的肤色变暖一些。用不同的反光板试验一下就可知道您最喜欢哪种。

提　示

如果无法确定要用多少钱购买商用反光板，可试用当地艺术品商店中的白色泡沫板和海报板。如果实在找不到类似的东西，甚至可以将穿着白色 T 恤衫的人作为反光板。

4–14

4.5.2　柔光板

柔光板用于让照在拍摄对象上的光线散射，或者说扩散，从而让光线不太刺眼，显得更柔和一些。只能使用刺眼的直射光线时，柔光板可能是您最好的朋友。将它放在窗户上，或者让其他人将柔光板置于刺眼的光线与拍摄对象之间，此时就会发现使用它以后会实现多么让人吃惊的效果，如图4–15和图4–16所示。柔光板既有商用产品（与前面介绍的反光板类似），也可将半透明的窗帘和白色的床单放在光源和拍摄对象之间，从而散射光线。

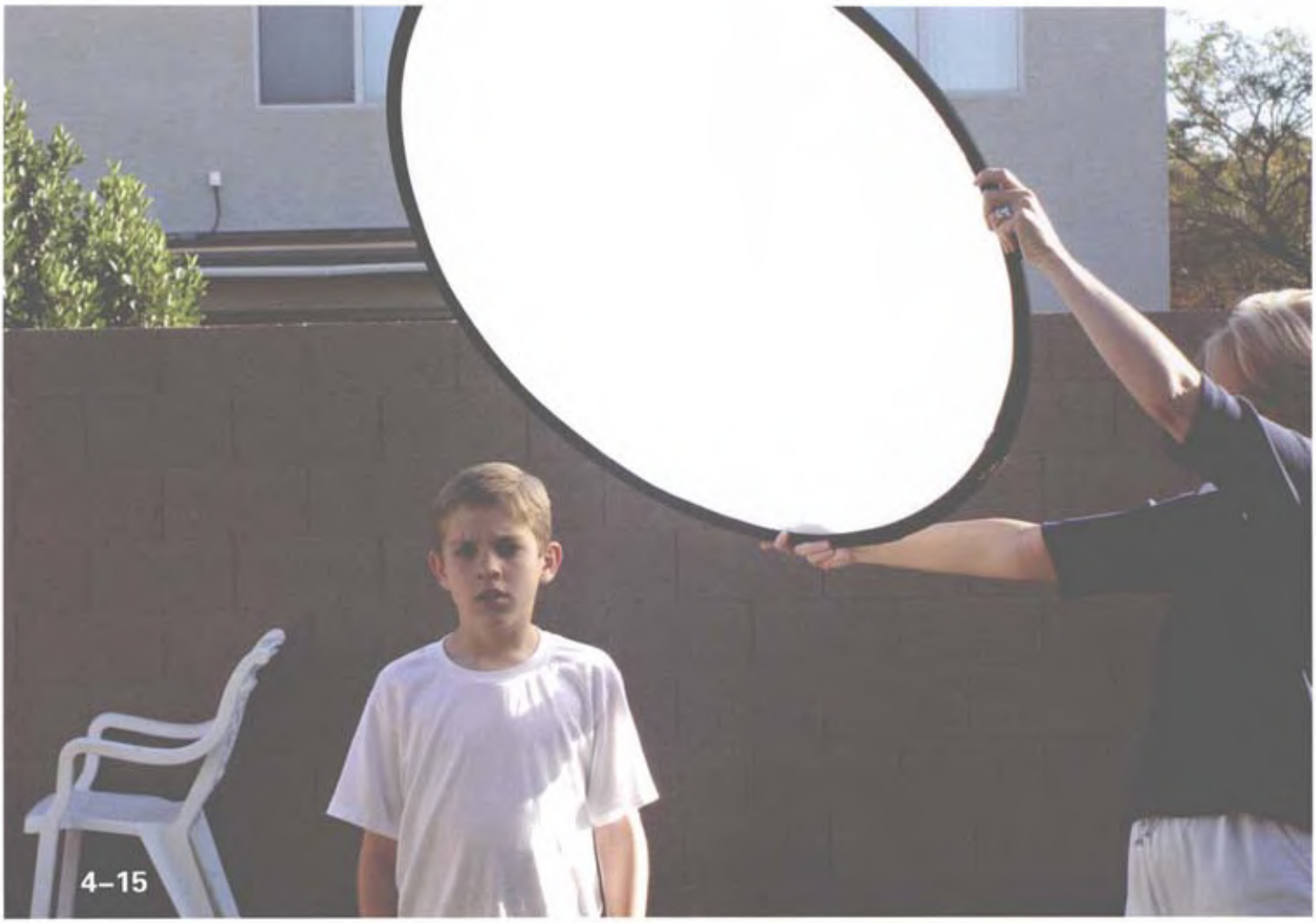
4.5.3　遮光板

有时我们不想反射或散射光线，只是想遮住光线，这时就要用到遮光板了。遮光板是一种挡光设备。可将遮光板置于光源与相机之间，或者光源与拍摄对象之间。上面提到的很多反光板套件中都有一个遮光板，它是黑色的，用它就可以挡住光线。为什么前面强调要使用光线，而这里还要把光线遮住呢？因为太阳会导致镜头上出现眩光，而用遮光板可实现前面提到的晕圈效果。此时可让其他人拿着遮光板，挡住会照到镜头上的光线。也可能是四周的光线太强了，而您想让图像显得更柔和，更有忧郁的氛围，挡住拍摄对象一侧的光线会让图像看起来更具Rembrandt风格。

4.6　色温和白平衡

色温是指图像中光线的颜色。例如，您可能注意到在室内拍摄时，如果闪光灯没有闪光，那么图像肯定会显得偏橙色。也许您在阴天或建筑物有阴影的一侧进行拍摄，然后会发现图像明显偏蓝。这些情况都突出了一个问题，即色温对图像的影响非常重要。

胶片摄影师一直在与色温进行“战斗”，他们需要特殊的胶片或滤光镜来解决不同的室内和自然照明情况下所产生的色偏问题。数码技术缓解了这个两难的问题，方法是提供了白平衡技术，但是必须知道如何使用该技术，这样才能充分利用它。如果使用数码相机试验过这种技术，可能会发现自动白平衡设置无法在所有情况下出色地完成工作。出现奇怪色偏（太黄、太蓝、太绿等）的照片意味着白平衡设置并没有像您想象的那样发挥作用。请查阅



关于此照片：如果仔细看看图4–15，可以看到男孩右肩上的光线非常刺眼。我让助手将柔光板置于光线（此处是太阳）和拍摄对象之间。在图4–16中，会看到使用柔光板后的效果。1/500s，f/8，ISO 200。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

相机手册，了解是否允许您针对拍摄时的光线类型手动设置白平衡。

下面列举的照明光线可能会“欺骗”相机的自动白平衡设置，所以需要您在相机上选择具体的白平衡设置。

- **日光。**默认情况下，数码相机的设置都是针对日光摄影来设定的。人们认为从色温上看，日光是中性的，即不太冷也不太暖，但现实生活是不同的。将孩子放在屋子的阴影一侧时，拍摄的照片肯定会有些发蓝。在早上的可爱光线中拍摄时，拍摄的照片肯定会偏黄。查看白平衡设置中是否有阴影或晴天选项，如果有可试用一下，直至获得您满意的效果为止。

4–16

■ **闪光**。相机上的闪光灯已经针对日光的色温进行了调整。这样就可以使用闪光来解决可出现极端色偏的照明情况。如果图像会出现色偏问题并且相机没有自定义白平衡设置，那么使用闪光可能是最佳的选择。例如，在使用荧光灯照明的学校体育馆内，闪光可能是最佳的选择了。

■ **荧光灯**。在荧光灯下拍摄会得到苍白的、偏绿色的肤色，如这张两个小姑娘正在上舞蹈课的照片（参见图 4–17）。如果自动白平衡设置无法很好地处理该情况，可在相机上的白平衡菜单中选择荧光灯，该模式通常用一个小的荧光灯管图标来表示。

■ **钨丝灯**。钨丝灯照明是个很有想象力的名字，它是指家中普通的灯泡。钨丝灯

关于此照片：使用自动白平衡可能导致荧光灯照明下的场景照片偏绿色。看看相机菜单中是否有荧光灯设置，使用它可以正确地平衡色彩。1/250s，f/3.5，ISO 800。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

4–17

4–18

关于此照片：使用普通的钨丝灯或白炽灯照明可在拍摄对象上笼罩一层非常暖的光芒，可用这种灯实现某种效果，如这张小男孩在家中的照片所示。1/125s，f/2.8，ISO 1250。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

或白炽灯都可发出橙色的光线，拍摄圣诞树照片或者想获得暖色调（参见图 4–18）时都可用这种灯获得出色的效果。如果没有得到所需效果，可将白平衡改为钨丝灯设置，该设置通常用一个小灯泡图标来表示。

- **阴影。**白天中在建筑物的阴影一侧或树下拍摄时，会导致图像的色调有些偏蓝，如图 4–19 所示。此时可在白平衡菜单中选择阴影设置，该设置通常用一个小房子并且房子一侧有阴影的图标来表示。阴影设置可以校正色偏并得到更让人满意的图像，如图 4–20 所示。
- **自定义白平衡。**查看相机的菜单中是否提供了自定义白平衡设置。这允许手动设置白平衡选项的预设值。大多数相机都需要白卡或其他的白色平衡工具的协助才能设置自定义白平衡。如果您是初学者，那么设置自定义白平衡可能对您而言有些高级，但是提前了解一下很有用。

4.7 基本的工作室照明

工作室照明可能看起来很神秘，很复杂，但是如果将大型工作室中使用的灯想象成大号的闪光灯或很大的窗户，可能就不会感觉太害怕了。工作室闪光灯的作用是让摄影师可在任何时间和任何天气条件下进行拍摄，并且仍可得到非常自然的效果。工作室照明还允许摄影师对照明进行更多的控制。在工作室中拍摄儿童有着不可比拟的优势。有些摄影师发现在更为封闭的工作室中更容易控制孩子。工作室频闪灯所生成的光线品质，与自然光相比更有生气，由于这些灯实际上都是大型的闪光灯设备，所以使用它们还可以清晰地捕捉各种动作。

交叉参考 有关各种摄影可用光线的更多内容以及光线的一般知识，请参阅第 3 章。

4

关于此照片：在图4–19中，摄影师在建筑物的阴影一侧拍摄了这个小女孩。阴影以及周围墙壁的蓝色都让图像色调偏蓝。1/250s，f/2.0，ISO 400，使用自动白平衡拍摄。在图4–20中，可以看到将白平衡设置为阴影模式后，在相同的图像中就解决了色偏问题。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

目前所了解的只是在工作室中可以控制照明。要使用硬光还是软光？希望光线来自哪个方向？是要使用平面的照明模式，还是用更有立体感的轮廓光？

4.7.1 一盏灯的设置

几乎所有工作室中的拍摄任务都可用一盏灯和一个反光板来完成。这一盏灯提供主光，反光板则填充阴影，让阴影不会过于刺眼和过暗。如果您是初学者，那么这是最轻松并且是最经济的照明设备之一。

在图4-21中，可以看到闪光灯头前面连接了一个很大的柔光箱，此时使用了一个单灯。单灯就是包括了所有控制项的闪光灯头，并且闪光灯设备灯头也内置了电源。单灯通常比需要电源组的闪光灯头要便宜。柔光箱是一个大的黑色织物构成的箱子，前面的半透明材料作为柔光板，可让光线不会变得过于直射和刺眼。柔光箱前面的半透明材料可散射单灯发射的刺眼光线，形成一个更大的散射光源。另外，注意灯光设置与拍摄对象的距离，保持光源与拍摄对象较近可让光线比较柔和。在拍摄对象的另一边是一个很大的银色反光板，可将光线反射到所拍摄的儿童的脸上，让孩子脸部右侧的阴影不会显得太暗。

4.7.2 测光

单灯很适合实现造型闪光，这样可以知道光线如何落到拍摄对象上。但是，孩子身上实际的照明是由单灯设备内强大的闪光灯来完成的。由于拍摄照片前无法看到闪光灯闪光，所以最好使用一个闪光灯测光表（参见图4-22），这样可以测量光线并为正确曝光图像设置一个正确值。使用的闪光灯测光表要通过电缆或无线设备与单灯相连，测量光线并将相机设置为手动模式，从而设置闪光灯测光表所记录的设置值。

什么是红眼？

出现红眼的原因是：摄影师在较暗的情况下使用了相机上的闪光灯。闪光灯闪光时，拍摄对象的瞳孔会放大，光线从拍摄对象的视网膜反射回来后，在照片中就会形成红眼。由于大多数相机上的闪光灯距离相机镜头非常近，所以闪光的角度与镜头的角度非常接近，因此光线更容易从视网膜上反射回来。

如何避免这种现象？试用一些相机上的红眼减轻设置（如果有该设置）。如果没有该设置，可以尝试增加房间中的环境光线，方法是打开更多的灯，这会让拍摄对象的瞳孔缩小，降低出现红眼的几率。如果这些方法都不行，并且要在较暗的环境中拍摄大量照片，可能要考虑为相机购买专用的闪光灯设备。这种闪光灯设备的位置通常比相机要高，增加了闪光灯与镜头间的角度，因此可以消除红眼问题。

4–21

关于此照片：主光源是一个4英寸×6英寸的柔光箱，可生成大面积柔和均匀的光线。右侧是一个反光板，可让孩子脸部的右侧不会变得太暗。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

4–22

关于此照片：闪光灯测光表是一个很关键的工具，可确保为工作室的闪光灯照片实现正确的曝光。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

提　示

如果您的预算无法实现工作室频闪灯的设置，可以试用一下杂货店中出售的卤素灯或钨丝灯。但使用时要小心，特别是拍摄儿童时，因为这些灯会非常烫。有关设置自己经济型家庭工作室的其他信息，请访问 www.diyphotography.net。

4.7.3　最终的结果

图4–21中所示的设置展示了创建一个小型的出色照明场景是多么简单，图4–23展示了最终的儿童照片拍摄效果。注意大沙发也是白色的，它会捕捉一部分光线并将光线反射到孩子的脸部。大沙发还可拦住狂野并且不停扭动的孩子，从而让您快速拍摄！

4–23

关于此照片：这是该照明设置的最终结果。孩子看起来像是在说“所有东西只有这些吗？”。1/250s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

工作室照片并非都是那种人们摆好姿势，并且数年后就会让人厌烦的照片。工作室是研究并探索拍摄对象个性的最佳地点，此时环境中没有让人分心的要素，人物的表情和相互关系就是照片中要突出的内容，如图4–24所示。

作为摄影师，无论在何处拍摄时都要学习如何操纵光线，这会让您的自信逐渐增加。所有职业摄影师都知道，很少会遇到非常理想的照明情况；相反，必须要使用现有的光线进行拍摄，并且有时正是通过解决这些问题，最终才让您拍摄到最佳的作品。

注 意

虽然这有些违反直觉，但实际上光源距离拍摄对象越近，光线就会越柔和。光源距离拍摄对象越远，光线就越刺眼。

4–24

关于此照片：这张照片出色地说明了这对姐妹的个性以及她们间的关系。这是用本章前面介绍的照明设置拍摄的。1/250s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

作 业

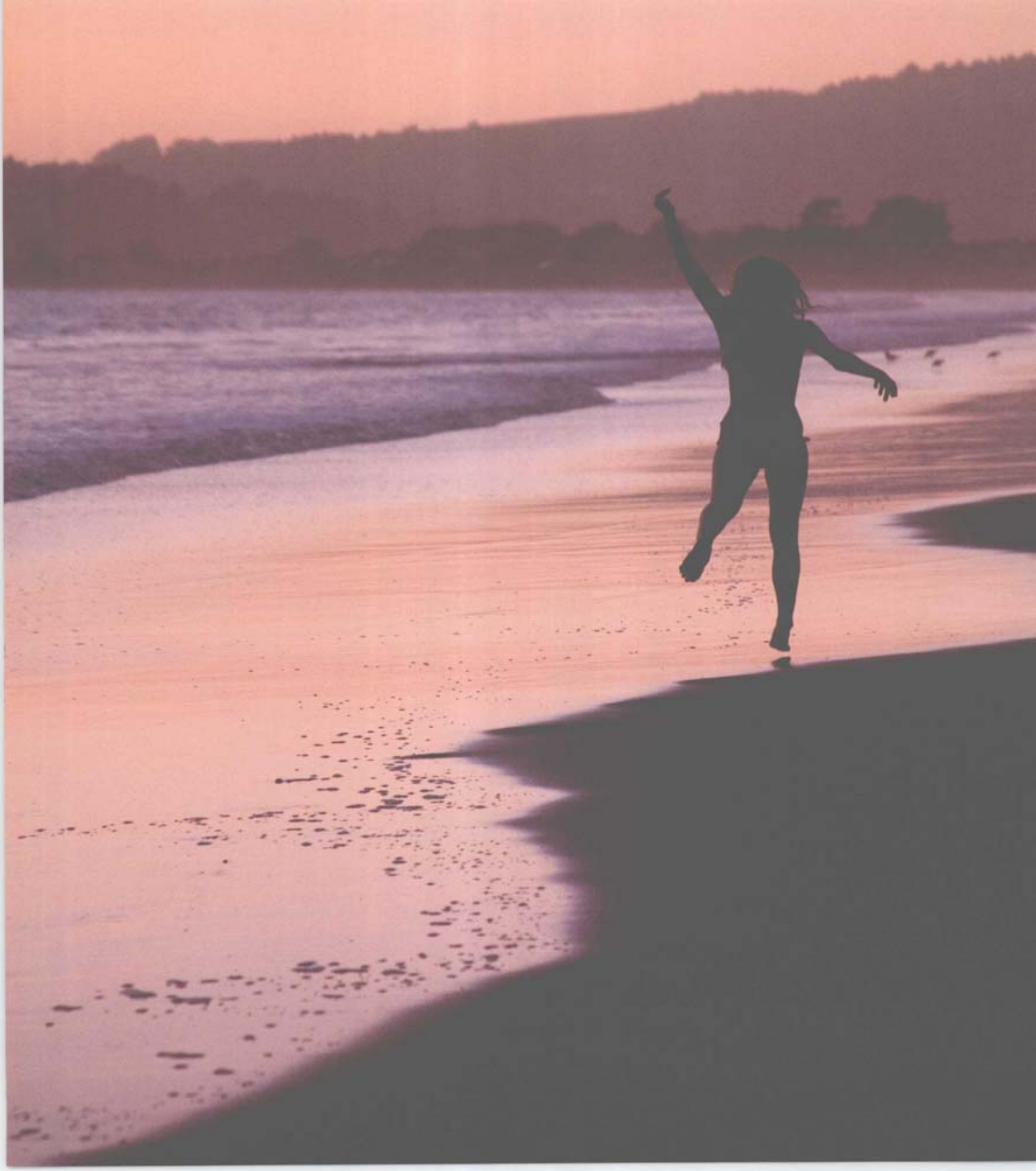
操纵光线

选择本章中所介绍的某种照明情况，并尝试利用这种照明让拍摄对象看起来更漂亮。可以试验用一个窗户照入的光线来照亮拍摄对象，或者用轮廓光将拍摄对象与背景分开。只需尝试其中的一种并将所有注意力集中在照明上以及光线如何落在拍摄对象上。绕着要拍摄的儿童走一走，从不同方向抓拍几张照片，并记录下光线如何从不同的角度落在拍摄对象上。完成后查看照片的效果，确定哪种照明模式最能反映出您自己的风格。

在这张照片中，摄影师选择了照在小女孩身上的直射光线。光线在她的头发上形成了晕圈，为图像增添了某种感觉。ISO 200，f/2.8，1/200s。

©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

完成这次课外作业后不要忘记访问http://bbs.fengniao.com/forum/forum_205.html，在此可与他人分享您的最佳照片，并查看其他读者是如何完成该作业的。还可以发表评论并阅读评论、鼓励建议和反馈。



5

第5章
照片构图

- 快照与肖像作品
- 关注感觉
- 保持简洁
- 图像的取景方式
- 把父母作为道具
- 三分法
- 使用线条
- 打破规则

©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

构图是指如何安排照片中的所有组成元素，并从整体上获得令人满意的效果。最初，构图就是决定要在任何特定的画面中包括什么（当然包括重要的内容），以及不包括什么。人眼非常喜欢看到内容和场所非常有序的照片。作为摄影师，您的构图最终决定了是否能将欣赏者的视线吸引到照片中最重要的元素上。

摄影中的构图也许是最具主观性的方面了。对于很多伟大的摄影师而言，他们的平衡感和强调某些方面的感觉可以说是与生俱来的。其他摄影师可能具有艺术或绘画背景，并且已经从艺术或绘画的观点学习了基本的构图和图形要素。无论您是否具有艺术背景，都可以学习如何构图，要做的就是培养您的眼力。学习基本的构图规则有助于您简化并改进照片。牢牢掌握各种规则后，就可以尝试稍微改变一下规则，甚至打破一两个规则。

翻阅其他摄影师的作品时应开始留意了，您的目光首先落在何处？是摄影师拍摄这张照片的本意，还是偶然或者没有注意到的细节？业余摄影师最常犯的错误是没有仔细琢磨拍摄对象，或者让环境中分心的元素让人们的视线从照片中最重要的元素上移开了。

可以学习如何构图，但是无需严格遵守构图规则。知道有关平衡感和生动构图的某些知识只能增强您的洞察力，您必须要选择哪些构图才适合您，因此构图就成为您表达所见和所感的另一个工具。

请访问下面有关照片构图的出色网页：www.photoinf.com/General/Arnold_Kaplan/The_Magic_Of_Selective_Vision_Photo_Composition.htm。

5.1 快照与肖像照片

即使照片只反映出一个深思熟虑的构图元素，都能让它从计算机、硬盘和在线画廊中大量的快照中脱颖而出。为什么会这样？快照和肖像照片之间有何差别？虽然很多因素对此都有影响，如照明或背景，但是快照与肖像照片之间最大的差别就是照片的构图方式。儿童肖像照片中的构图要点是什么？是要将欣赏者的视线自然地吸引到儿童身上——非常简单明了。除此之外，可以使用构图来营造一种感觉或讲述一段故事。看看所拍摄的儿童快照，通常它们与肖像照片的差别就是包括了太多的信息或者场景显得过于混乱。

画家不必担心背景中杂乱的花园水管，或者正好从对象头部“长”出来的棕榈树枝，如果有这些东西，他们不画出来就可以了，但是相机会将我们对准的任何场景都拍摄下来。由于业余摄影师通常专注于拍摄对象，因此不会注意到他们在照片的背景中也包括了让人分心的内容。

按下快门前要仔细审视背景。在拍摄时就应完成这些任务，而不是依赖于后期处理时在图像编辑软件程序中解决该问题，这是出色摄影师的习惯。如果对在取景器中看到的场景并不满意，可以绕着拍摄对象移动一下，注意观察光线、构图等各个方面的变化，直到最终获

5

得所需的照片。正是这种深思熟虑的过程才能让您找到最佳的光线、构图等，从而将快照升华为肖像照片。

5.2　关注感觉

学习构图时的一个出色起点是利用感觉。您对正在拍摄的儿童感觉如何？希望表现他哪方面的个性？

是否要在肖像照片中不仅仅表现出他只是这个孩子，而是要表现总体上有关童年的感觉？拍摄在草地上奔跑的男孩时，自由这个词是否能激发您的灵感（如图5–1所示）？有时首先在心中默想一个词就可让您做出决定，选择画面中包括或拍摄哪些内容。例如，为了表达一种感觉，选择的构图会让照片欣赏者不知道该照片的拍摄地点就是城镇中一个繁忙的十字路口旁边。

一旦想好了要表达哪种感觉，那么很多构图决定都是根据最初的这个想法所得到的。

***关于此照片**：摄影师离开公路，来到男孩的旁边，并在画面中只包括草地、男孩和男孩所跑向的地平线。1/500s，f/5.6，ISO 400。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

引　用

“我已经在肖像摄影中注意到，艺术家对拍摄对象的感觉发挥着重要的作用。通常照片中展示出的摄影师的美感和偏见比拍摄对象本身还要多。”——Eve Schell。

5.3　保持简洁

摄影师Anne Geddes以将婴儿拍摄成花朵而闻名，她说“摄影中最困难的是创作简单的作品。”保持简洁意味着只展示那些可以讲述故事的要素，其他的都去掉。学习如何保持简洁时，一个很好的起点是靠近拍摄对象，要非常非常近。用镜头拉近拍摄对象，只拍摄脸部或其他可讲述一段故事的身体部分。图5–2是一张新生儿照片，任何人都能看出照片中的对象是谁。这张照片的标题可以是“新生”，因为其中突出了只有新生儿才有的各种特征：盘起的身体，手上和脚趾上的皱纹。

5.3.1 注意背景

我们都知道有关房地产的名言："位置，位置，还是位置！"摄影师的一部分追求实际上也是找到一个没有让人分心内容的好位置，如图5–3所示。

很多照片中最让人分心的内容通常都在背景中，在拍摄对象的后面。刚开始从事摄影时，很容易变得只关注孩子，甚至都没有看到他后面可能有让人分心的各种事物。

***关于此照片**：用镜头拉近拍摄对象并且只拍摄他的一部分，有时这可以讲述有关奇迹和新生命的伟大故事。1/250s，f/3.2，ISO 320。©Stacy Wasmuth/www.bluecandyphotography.com*

5

5–3

关于此照片：在这张构图很简单的照片中，小女孩正在雾气笼罩的沙地小路上向大海走去，让人想起纯朴并且无忧无虑的童年生活。1/250s，f/4，ISO 200（在后期处理时将照片改为深褐色）。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

各种让人分心的事物都会让原本非常美丽的肖像照片变得杂乱不堪，例如在很难看的方向上伸出的树枝，明亮但是很脏的树叶或太阳光斑，以及栏杆、花卉、柱子、家具等。

图5–4展示了草地上的一个年轻家庭，这是注意背景的一个绝佳例子。摄影师已经仔细地将人物与绿色的草地分开，同时又将地平线放在拍摄对象的头部上方。他们一家就出现在这种背景中，这为照片添加了很重要的故事叙述元素，但是又不会让人分心。

5–4

关于此照片：*将这个家庭与翠绿的草地分开可简化背景，并让人们的视线集中在家庭成员的相互关系上。1/800s，f/4，ISO 200。©Stacy Wasmuth/www.bluecandyphotography.com*

提　示

一个出色的摄影实践是每次按下快门按钮前，都要查看取景器的四角。是否在背景中看到能让人分心的内容？是否看起来好像有什么东西从拍摄对象的头上“长”出来？可能只需改变您的位置或拍摄对象的位置，就可简化背景并改进照片的效果。

说到背景，要留心明亮地方中的较暗事物和较暗地方中的较亮事物。查看背景时眯起眼睛可立即找到让人分心的亮点或暗点。特别要注意拍摄对象后面和四周的亮点或暗点，因为这些内容会将人们的视线从您希望的焦点上移开。

5.3.2　使用实体周围的空间

在构图中使用实体周围的空间（图像中没有拍摄对象的地方），就可以出色地使用简洁这个概念，有可能还会让故事更好。如果照片中有大片草地或海滩，让小姑娘处于照片的下角处，会让人看起来有种希望感、神秘感，甚至有些孤独感，一定要注意是否能讲述自己所需的故事。

实体周围的空间可以让孩子显得更突出（如图5–5所示），或者为孩子提供一个正在查看或走入的空间（如图5–6所示）。对于实体周围的空间，其作用就像一面空白的墙，而对象是

5–5

关于此照片：*让孩子处于稍微偏离中间的位置并使用很大的彩色背景，可让人们的视线集中在她身上，并且只能集中在她身上。1/125s，f/7.1，ISO 100。©Kim Heffington/www.kimheffington.com*

关于此照片：男孩们走在红杉树下的草地上时，美丽的下午光线在男孩们的头上形成了晕光，将他们与背景分开并吸引着欣赏者的视线。1/60s，f/5.6，ISO 400。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

挂着的一幅画，您无法不去注意这幅画。在照片构图中使用实体周围的空间可简化构图，并且可将人们的注意力吸引到孩子身上。

5.4 图像的取景方式

即使利用图像编辑软件可以轻松地裁掉或去掉背景中杂乱的内容，但是练习如何在拍摄时就去掉这些内容要更好，因此在照片构图时就应该注意这些问题，而不是依赖于后期处理时的裁切方法。出色的观察和训练方法是通过镜头仔细查看，得到令人满意的构图，同时要注意不能包括热点（即明亮的高光区域，如闪闪发光的树叶和其他让人分心的东西）。缩放镜头并围绕拍摄对象移动（如有必要）后，如果仍无法去掉某些多余的东西，可考虑使用第2章中介绍的某些技巧，通过调整景深让背景失焦。

5.4.1 一般的构图原则

学习在拍照时如何取景可以增强您对构图

感觉。通过学习可以从其他摄影师以前的经验以及所犯的错误中受益。下面是拍摄儿童时一些常见的照片构图原则。

- **将相机置于儿童眼睛的高度。**这样意味着您需要站着、弯下腰或跪着拍摄。这样做不仅会让儿童感到更安逸，而且还会得到更好的照片，因为从这个角度拍摄有助于解决镜头失真问题（也称为大头小脚综合症问题，如图 5–7 所示），同时还能让儿童展示出一种高贵感和尊重感（如图 5–8 所示），通常儿童并没有这种感觉。
- **切勿去掉手或脚。**可以靠近对象只拍摄头和肩，拍摄从手的下面开始向上的部分，或者退后一些拍摄整个身体。在人的关节（手腕、脚踝、臀部或膝盖）处裁切图像通常会得到很难看的照片。

5–7

关于此照片：*这是人们拍摄儿童时常用的方法：从站立的位置向下拍摄他们。这个角度会让头看起来很大，而脚却看起来很小。1/250s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

5–8

关于此照片：*直接拍摄儿童需要将相机置于儿童腰部的高度，这样拍摄的照片效果会很好。身体各部分的比例很协调并且有一种高贵感，而这是前面的照片中所没有的。1/250s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

- **通常不要将拍摄对象置于照片的正中间。**请参阅本章后面 5.6 节“三分法”中讨论的一般构图原则。
- **要在图像中的孩子周围留出一定的成长空间，特别是在头部的上面。**要营造出一种空间感，这从视觉上看起来会很舒适。
- **如果可以看到地平线，一定要确保它是平直的。**
- **仔细看看背景中是否有让人分心的要素。**看看是否有热点、从头上“长”出的树、电线等。如果看到了会让人分心的要素，可四处移动一下，直到这些要素消失为止（如果可以），或者靠近拍摄对象以简化图像。
- **如果拍摄儿童的侧影，一定要在他的视线前面留出较多的空间，就好像他们可以向远处查看一样。**这也适用于儿童在地平线上穿行时拍摄的照片，要给他们留出可以走动的空间。

构图出色的照片是指其中包括的每个元素都有其存在的理由。

5.4.2 在某些结构内取景

要在儿童肖像照片的构图中实现简洁，这包括使用某些影响力很强的元素，如拱门、窗户和门口，从而在取景器显示的画面中将拍摄对象放在某种框架中。记住，所有设计元素都应该将人们的注意力吸引到拍摄对象，照亮或突出拍摄对象。在环境中找到可用的框架以突出图像中的重要部分，这样可吸引欣赏者的注意力。

藤架、弯曲的树以及树叶都可形成一种装饰图案，并可将拍摄对象置于其中。如果背景比较亮，那么在拍摄对象四周使用很微妙或很清楚的较暗形状就可获得很好的效果。

要使用环境中让人愉悦的形状作为框架，特别是圆形、椭圆形、正方形和矩形框架。

所选的拍摄环境对摄影风格有很大的影响。参阅第 6 章，了解有关不同摄影风格的内容。

注意拍摄对象的上方、后面或四周有什么，通过在照片中添加富有戏剧性且重要的内容就可实现完全不同的效果。注意并进行观察时，就相当于在培养自己的眼力。积累了经验并且有试验的冲动时，可以试试在没有预先观察过的地点进行拍摄。很多儿童摄影师总是在相同的地点进行拍摄，因为这样比较安全，并且很容易理解他们为什么这样做。拍摄儿童时有太多不可预知的因素。但是经验越多，观察得越多，就可以更大胆地探查新的拍摄地点，而这可能会意外地获得很出色的照片。

“孩子：在学会跳舞前他们就会跳舞，所有东西对他们而言都是音乐。”——William Stafford。

从心理上讲，使用各种框架取景可以营造某种效果。柔和的环行图案可给人以安心感、舒适感和安全感，而粗大或粗糙的矩形框架可以为图像赋予力量感，如图5-9所示。仔细选择就可以得到更有影响力的图像，让人们很容易看出您要表达什么。

注意拍摄对象处于框架或图案中的何处。

5

5–9

关于此照片：我通常使用建筑物的墙壁、门口或拱门让肖像照片显得更有影响力，如此图所示。人物上面很宽阔的空间也与儿童的身高形成了鲜明的对比。1/60s，f/4，ISO 160。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

向窗外凝视的孩子可能表现出郁郁寡欢，如图5–10所示。处于很大框架中的小孩可能看起来是自由的，面前有很多冒险在等待他。

引　用

“拍摄照片就是在真实很快就会消失的脸上出现所有需要的内容时屏住呼吸。此时对拍摄的控制才会成为身心和精神上的欢乐。”——Henri Cartier-Bresson。

5–10

关于此照片：此处拍摄到男孩向外看时那种郁郁寡欢的情绪，很大的窗框突出了他娇小的体形。1/500s，f/4，ISO 400。©Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com

5.5　把父母作为道具

将父母也添加到照片中可帮助您用不同的方式进行构图，这可在拍摄时让儿童感到更舒适，同时也可为图像增加一些故事叙述要素，如图5–11所示。也可将感到不安全的初学走路的孩子或懒散的新生儿置于妈妈或爸爸的肩膀上，如图5–12所示。

关于此照片：无需看到父母的全身就可知道这是一幅有关家庭的照片。此处充分利用了成人与儿童间的高度差别，并使用父母的腿作为背景对初学走路的孩子进行取景。1/125s，f/3.5，ISO 100。©Kim Heffington/www.kimheffingon.com

5.6 三分法

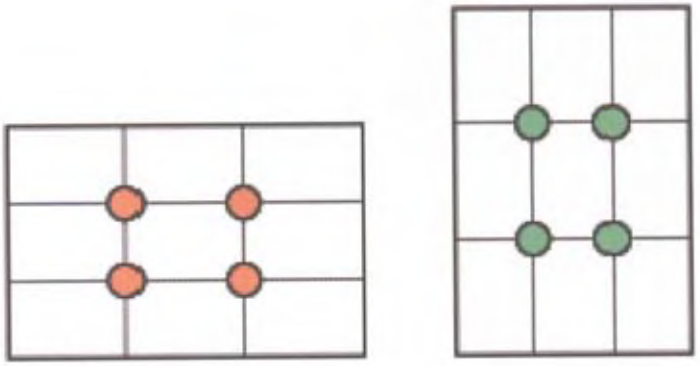
几个世纪以来，艺术家和建筑师一直在遵循三分法进行工作，人们认为三分法来源于希腊的黄金比率。三分法是一种在照片中用让人愉悦的方法布置各个元素的技巧，这是增加构图知识的一个出色起点。就摄影术语而言，三分法是指考虑到相机取景屏的形状通常是矩形，因此将拍摄对象置于这个矩形的某些区域会得到与平常完全不同的照片，并且人们对照片会更感兴趣。可以水平（横向）或垂直（纵向）使用这个矩形，如图5–13所示。要将取景器在水平和垂直方向上分成3份（如图5–14所示）。这些分隔线的交点就是拍摄对象或部分拍摄对象应该处于的位置，这样就可实现更为生动的构图。

关于此照片：初学走路的孩子很害羞，伏在妈妈舒适的肩膀上时看起来很舒服并且表情丰富。1/250s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

提　示

查阅相机手册，了解相机是否具有自定义取景器设置。很多 DSLR 相机都允许在取景器中显示网格，自己进行构图并练习三分法时，这些网格非常有用。

通常，作为摄影师首先听到的忠告是“不要将拍摄对象置于画面中间”或者“不要让地平线在画面中间”。尝试将对象放在画面中间拍摄几张，然后利用三分法规则重新拍摄。对比这些照片后会清楚地发现，将对象居中通常会使效果不太生动，所以使用这种构图时要三思。



5–13

关于此图：该图演示了三分法的使用，从中可以看到各个线条的交点。在这种构图中，这些交点就是拍摄对象应该所处的位置。圆圈指出了可能的拍摄对象位置。

5–14

关于此照片：这个聪明伶俐并且表情丰富的孩子沿对角方向的路线向您走来。注意该图演示了他的头部位于4个让人感兴趣的点中的一个点上。1/400s，f/5.0，ISO 800。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

自己思考如何构图以及留心欣赏者如何欣赏照片时，上述原则是一个非常好的起点。寻找自己的拍摄风格（以表达自己的观点）时，就是指每次按下快门前确定您的感觉是什么，以及如何表现这种感觉。记住，讲授的技巧只是用作一种指导原则。

- **在环境中使用三分法。**要想利用三分法，最容易的方式就是在环境摄影中使用它。很容易将拍摄对象置于画面中上面或下面的三分之一处，并让环境帮助您叙述一段故事，如图 5-15 所示。

引　用

"与孩子打交道时，要施展自己所有的才智，并且要坐在地板上。"——Austin O'Malley。

***关于此照片：**将这个脱离父母手的小女孩放在画面中下面的三分之一处并且只包括父母身体的一部分，这样可讲述这个有着自己想法的独立小女孩的故事。1/250s，f/2.8，ISO 100。*
©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

发现黄金矩形：神圣比例

另一个有趣的构图形状或公式是黄金矩形、黄金比例，或者叫神圣比例。这个概念的出现要追溯到古希腊时代。如果看看鹦鹉螺外壳的形状（在矩形内有向外的螺旋形状），可能就会对黄金比例开始有所了解了。

请访问http://fotogenetic.dearingfilm.com/golden_rectangle.html，查看有关该理论出色的描述和示例。还可看看Cartier-Bresson提供的可打印电子书*Decisive Moment*，可在http://e-photobooks.com/cartier-bresson/decisive-moment.html找到此书。翻阅Cartier-Bresson拍摄的照片时，注意您在查看这些照片的构图时，视线是如何移动的。我发现在查看他如何使用神圣比例时，会让人很激动。

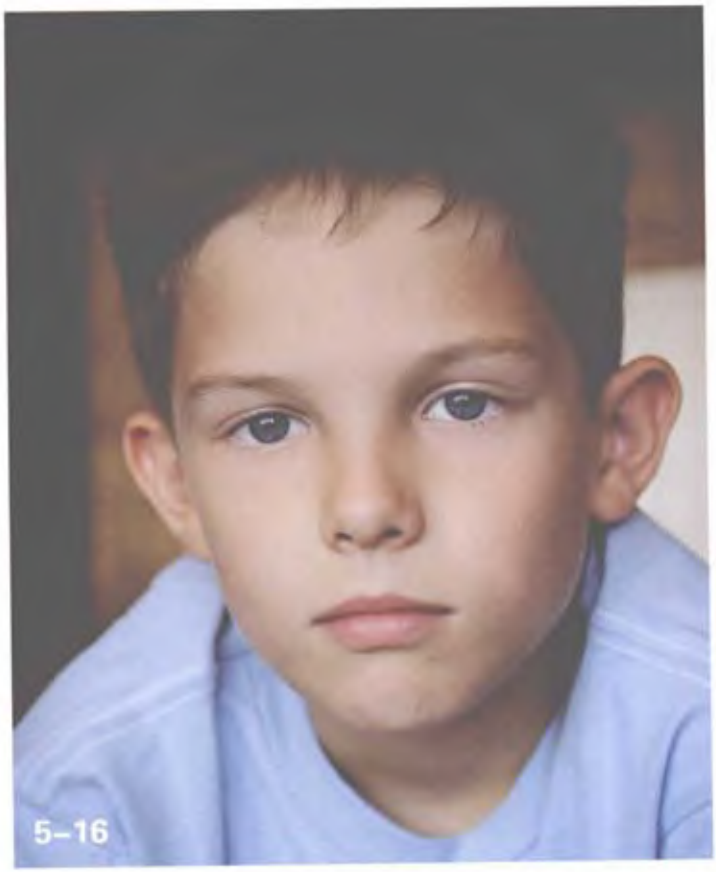
■ **在头部照片中使用三分法。**您最喜欢的特写照片是什么？其中是如何应用三分法的？通过比较图 5–16 和图 5–17 中简单的头部照片，可以立即看到三分法的影响力。在图 5–17 中，男孩眼睛的位置使眼睛更具动感，让人注意眼睛的时间更长。

5.7　使用线条

线条可以说是无处不在，从孩子甜美侧影中的曲线，到地平线或树林中的小路都是线条。拍摄时学习如何查看线条和形状可为您提供一种全新的拍摄方式，可以将欣赏者的注意力吸引到您所希望的地方。

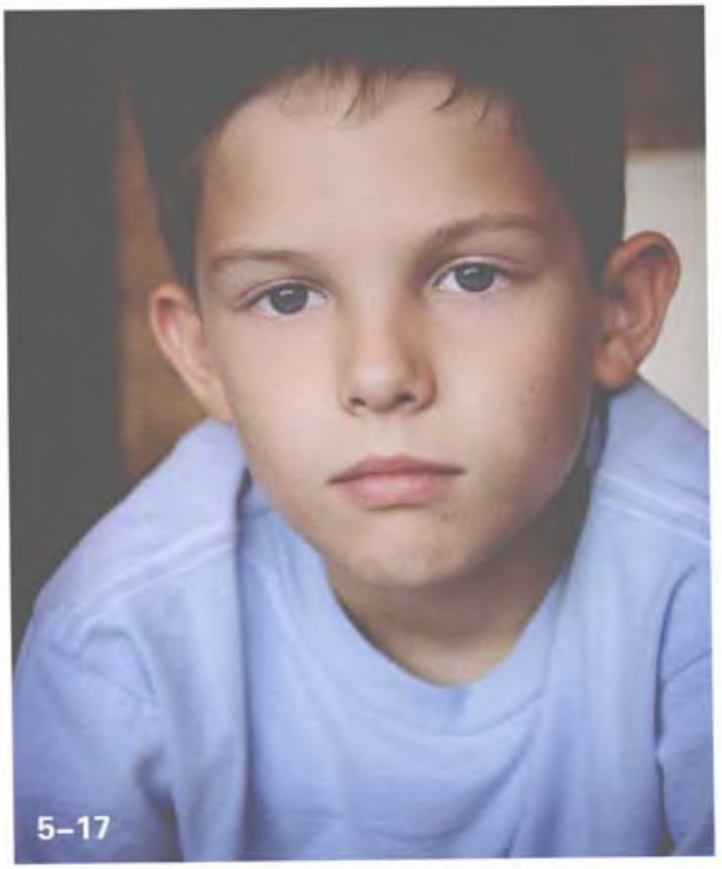
5.7.1　平行线

构图时经常要用到平行线，这在自然照片或风景肖像中特别有用，其中看到的线条通常是由陆地和天空营造的水平面所形成的。这种实际动态效果的转变可以用海滩为例，其中沙滩可能形成一条线，很暗并且富有质感的水面形成第二条线，而天空则形成第三条平行线。不一定总是



5–16

***关于此照片：**拍摄儿童脸部的特写照片时，最好不要让眼睛正好在画面中间，因为这样会让前额看起来很大，并且会让图像显得不太生动。1/125s，f/2.8，ISO 400。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*



5–17

***关于此照片：**将拍摄对象的眼睛放在画面中上面的三分之一处可得到更为生动的构图。1/125s，f/2.8，ISO 400。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

5–18

关于此照片：这张Zach和他的狗奔跑的照片展示了海滩、大海和天空形成的水平平行线。摄影师所选的男孩位置让他在照片中显得尤为突出。1/250s，f/16，ISO 200。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

要找到第三条线，但是如果使用的平行线数目是奇数，那么构图会让人更满意、更生动并且更有平衡感。

通常观察并使用平行线（水平和垂直的都可以）可以实现更为生动的构图。

习惯于在风景摄影中使用三分法比例后，就可以开始评估并计划如何在肖像摄影中使用这些知识了。实际上可以将拍摄对象置于两个线条之间的空间内，但是要小心，例如不要让某个线条穿过儿童的头部。在图5–18中，一个男孩和他的狗正在海滩上奔跑，虽然线条不直，但是由天空、海滩和沙地形成的线条中仍旧存在着一种方向感和空间感。摄影师故意在她觉得男孩的头和身体正好被海上白色的泡沫分开时按下了快门。实际上海滩形成的线条不是直的，但是它形成了很好的引导线，将人们的视线引导至拍摄对象。前景中的足印显示出奔跑方向并且很好地增强了质感，这是一种非常成功的构图。

树、柱子和其他垂直以及平行的物体都可

在照片中营造出一种平衡感。垂直的平行线可以为照片构图增加某种可靠性，让人在心理上感觉很稳定。

5.7.2　对角线

另一种常用的线条是对角的引导线。这种对角线可以来自于阴影、小路、大路、光带、栏杆、成排的物体等，它们可出现在照片中的任何地方并且可以指向拍摄对象。使用对角线可以为照片添加动感。图5-19中的对角线指出了男孩要去的地方，并且可以让欣赏者浮想联翩。他要去哪里？小路的尽头是什么？

如果拍摄儿童或家庭照片时需要人们摆好姿势，那么也可将对角线考虑在内。例如，腿或胳膊都可用作对角的引导线。使用墙、人行道，甚至是墙上的砖块图案（如图5-20和图5-21所示）都可将欣赏者的视线吸引到主要的拍摄对象上。只需用很少的时间观察四周的线条就可让照片发生很大的变化。如果拍摄正在小路上行走的儿童，可以稍微移动一下，直到小路在您的取景屏幕上呈对角线为止。

5-19

关于此照片：*注意草地上的小路所形成的对角线是如何将人们的视线吸引到Nick身上，然后又给人以前行的感觉和方向感的。1/250s，f/5.6，ISO 200。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

关于此照片：摄影师使用已废弃的建筑物一侧的砖块图案将欣赏者的视线直接吸引到小男孩身上。高大的墙和娇小的男孩形成了鲜明的对比。1/320s，f/5.6，ISO 200。©Jeffrey Woods/www.jwportraitlife.com

关于此照片：使用广角镜头可让这座建筑物所营造的各种线条将欣赏者的视线直接吸引到这一家人身上。1/40s，f/16，ISO 200。©Jeffrey Woods/www.jwportraitlife.com

5.7.3 汇聚的线条

就是否能将人们的视线吸引到拍摄对象上而言，汇聚的线条在构图中的作用与对角线类似。这些线条的作用甚至要更强大，因为两个对角线会在远处的一点上汇聚，因此也为对象赋予了更强的方向感。可以看看图5-22中的出色示例，其中由通向海滩的栏杆所形成的线条框在这个小男孩的两边，看起来他很清楚自己要去哪里。

5.7.4 S和C形曲线

使用直线只是让照片影响力更高的一种方式。曲线是在照片中利用线条的另一种方式。虽然对角的引导线更具有方向感并且可能更有效，但曲线是一个更微妙且更优雅的视线引导方式。

5–22

关于此照片：栏杆形成的会聚线条和小男孩的位置都将我们吸引到他的目的地——海滩。1/250s，f/4，ISO 400（改为深褐色）。©Heather Jacks

S形曲线和C形曲线都是非常优美的构图元素，在环境、人体、姿势或儿童的脸部都可找到这种曲线。

拍摄弯曲小路上的儿童可以给人以自由感、冒险感、前行感、安全感和方向感，这可让欣赏者的视线用一种愉悦的方式进入然后离开画面。在弯曲的海滩、河流、小路、大路等地都可找到各种曲线。如果运用正确，这些曲线可在拍摄对象的移动方向上形成很强的动感。可以在光线合适的情况下找到一个位置，从此处拍摄时让曲线看起来最美，并且让孩子向一个方向开始移动。孩子移动时，就可开始查看孩子处于什么位置时会得到出色的画面，此时就可按下快门，如图5–23所示。她的随意移动和非常自然的姿势形成了一个出色的拍摄机会。

拍摄让人吃惊的儿童肖像照片时，曲线是让人感到愉快的自然构图要素，但是像图5–24中父亲臂弯的出色曲线和图5–25中沙地上手印

5–23

关于此照片：Daisy在海岸边的小路上快速奔跑着，小路呈弯曲的S形。将Daisy放在前景中并在她的头顶上留出一定的空间，就在她前面形成了很大的移动空间。1/250s，f/5.6，ISO 400。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

形成的线条，并不是总能轻松找到，所以眼睛一定要留意这些曲线可能出现的地方。

关于此照片：爸爸臂弯形成的出色曲线给人一种安全感和亲密感，可帮助您对熟睡的婴儿取景。该图让人感觉到这是一个舒适的休息场所。1/125s，f/4，ISO 400。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

实际拍摄照片时，对象身体上的曲线可能很难看到，但有时会很幸运，会在拍摄完成后看到这些曲线。小芭蕾舞女的手在臀部时，学习如何在她的姿势中找到曲线，或者婴儿安静地熟睡时，找到婴儿脸颊上的曲线。

5.8 打破规则

聪明的摄影师有一个常见但是具有讽刺意味的秘密：打破所有规则时必须学习了解这些规则。学习并研究这些规则，并正确地应用这些规则，出现创意灵感时您才能有信心获得出色的作品。

不幸的是，很多摄影师辛苦地学习这些规则只是为了按照这些规则的要求来拍摄照片，并让照片欣赏者感觉照片很棒。所以人们会学习这些规则，然后抓住各种拍摄机会。在学习和练习期间会犯很多错误，但是犯这些错误通常比您的成功能让您学到更多知识。

完成规则学习过程并对图像进行更多的分析后，就会开始形成自己的构图风格。一旦在某张照片中看到地平线穿过孩子的头部，自己就决不会通过镜头看到这种情况并且也不允许这种情况出现。大量的练习和稍许的耐心可让您从错误中获益匪浅。

5

引　用

“每个人的童年时代都有一个最美的花园，这个让人着迷的地方具有更亮丽的色彩、更宜人的空气以及更芬芳的早晨。”——Elizabeth Lawrence。

通过从错误中进行学习，就能让您胆子更大并去冒一些险。例如，看看图5–26，该图使用了非传统的构图，但是效果非常出色。

很多专业摄影师可能会说任何照片都不是最终的作品。他们通过评论、编辑照片，以及通过镜头查看世界并用全新的眼光查看图像来积累自己的灵感。经过长时间的实践以及多次的失败后，熟练的摄影师会自信地利用他们的眼睛和技能进行拍摄。他们已经了解了什么适合自己，并且可以将更多的时间用于拍摄更有创意的图像，而不是整天琢磨如何应用各种规则和技巧。

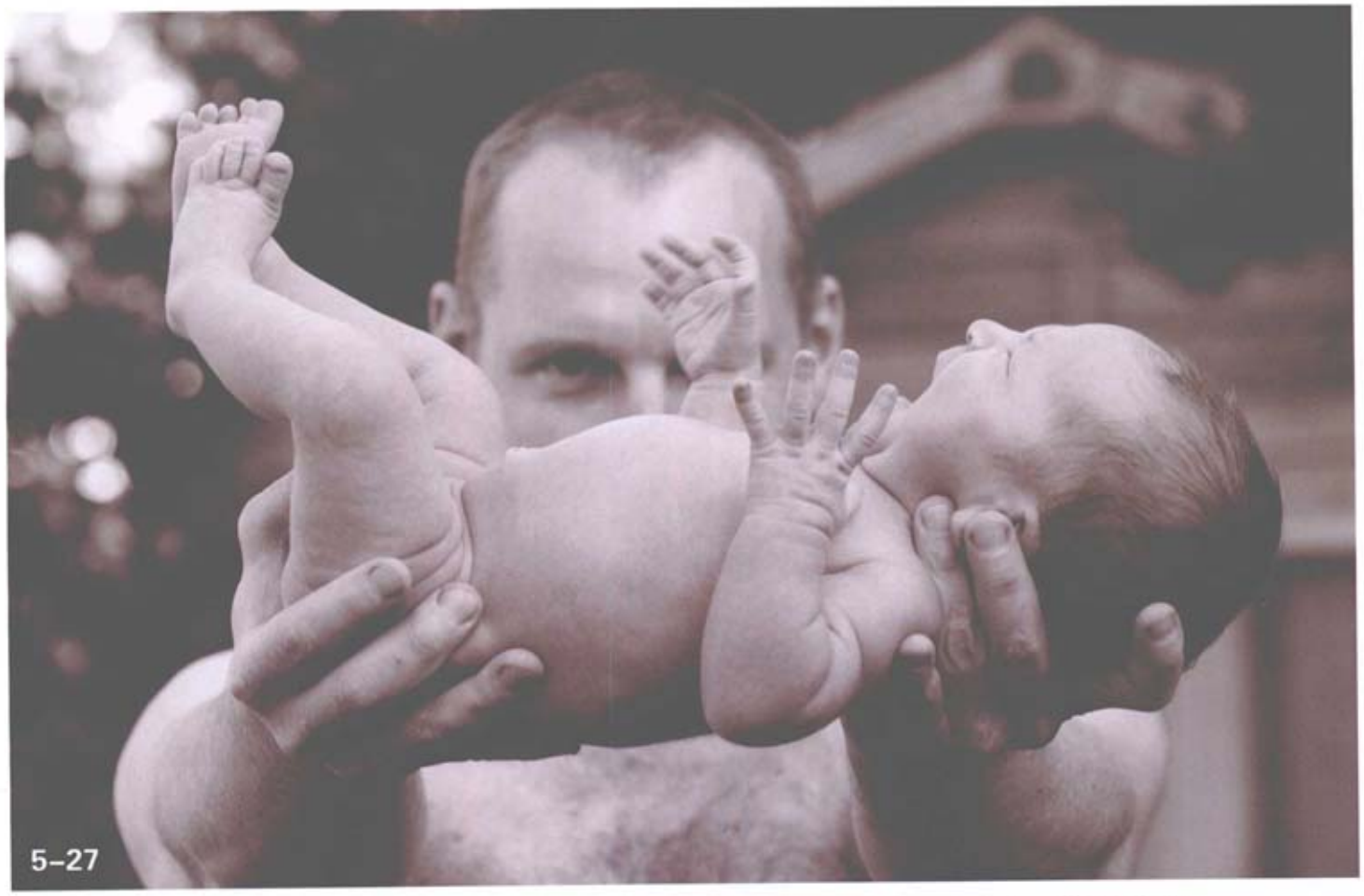
关于此照片：*沙地上弯曲的手印形状将人们的视线吸引到孩子的手上，然后向上直到他的衣服和头部。1/250s，f/4，ISO 400。©Theresa Smerud*

关于此照片：*这张小男孩展示其蜘蛛侠技巧的照片是多么生动。使用门框取景并将他的头部置于最有冲击力的位置，最终得到了非常有力的构图。1/80s，f/2，ISO 500。©Marianne Drenthe*

认真地选择要打破哪些已学到的规则时，要了解并查看照片的构图是否有创意，如图5-27所示。进行这种选择时可能都不会想到什么规则了，只是在正确的时刻按下快门，并且会喜欢得到的照片。照片中可能让拍摄对象居中了，或者照片中的孩子正在难看地咧嘴笑，表情可能非常特别，照明只能说是差强人意，但是总体效果是不错的。

引 用

“如果只是和孩子一起玩耍，那么您可以做任何事情。”——Prince Otto von Bismarck。



5-27

关于此照片：*这个男子的眼光集中在他的孩子身上，很有男子气概的姿势很好地打破了所有规则，但是效果非常好。1/60s，f/4.5，ISO 200。©Lesilie Chapman*

5

是否经常发现自己处于无法拍摄的情况中，原因可能是光线消失了、孩子移动了等。拍摄儿童肖像时，即使在最好的环境中也会有很多无法控制和无法预料的事情。如果能够保持敏感、时刻准备好并且具有灵活性和耐心，就会拍摄到很多快乐的意外情况，如图5-28中所示的照片。

遇到挫折时也不要气馁。时刻注意取景器，保持敏感和自我冲动，这些快乐的意外情况就会变成您最喜欢的照片。

引 用

“儿童的美丽和高兴会让我们感到喜悦，这时无疑会让我们心跳加速。”——Ralph Waldo Emerson。

关于此照片：*无论事先如何计划也不会拍摄到这张照片，但是摄影师记录下初学走路的孩子一天中这个喧闹的时刻。1/800s，f/1.2，ISO 100。©Scarlett摄影*

5-28

作 业

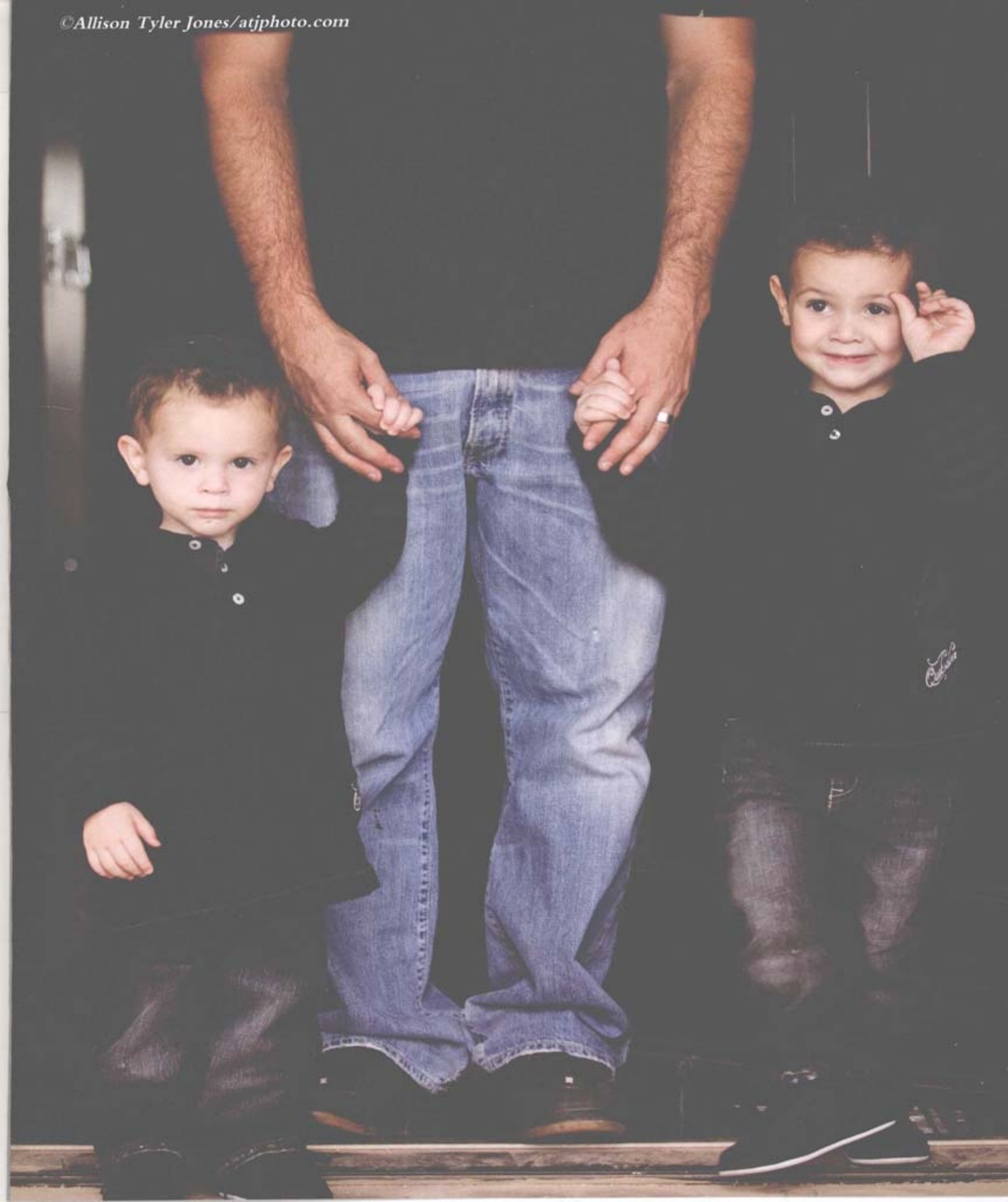
表现拍摄对象

选择本章中介绍的某个元素（例如C形曲线、S形曲线、对角引导线等），并使用该元素实现很有冲击力的构图。要确保将儿童作为拍摄对象并呈现给欣赏者。

我选择此处所示的铁栏杆作为垂直平行线。和谐的色彩以及小女孩头部的位置都让这张照片非常引人注目。1/125s，f/4，ISO 200。

©Ginny Felch/www.silverlining images.com

完成这次课外作业后不要忘记访问http://bbs.fengniao.com/forum/forum_205.html，在此可与他人分享您的最佳照片，并查看其他读者是如何完成该作业的。还可以发表评论并阅读评论、鼓励建议和反馈。


©Allison Tyler Jones/atjphoto.com

6

第 6 章
摄影风格

- 经典和浪漫风格
- 现代派风格
- 新闻摄影风格
- 让父母为孩子的肖像拍摄做好准备
- 计划肖像拍摄

©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

如果让10位摄影师在相同的情况下拍摄同一个孩子，就会得到对这个孩子10种不同的解读方式。就像所拍摄的儿童一样，每位摄影师都对世界有其独特的观点。有些人可能想带来清新的气息，在儿童作品中使用一些很新潮的透视方法；其他人可能更喜欢用普通的方式拍摄儿童，没有什么太多时尚的因素。您的摄影风格是什么？是否有自己的风格？虽然大多数摄影作品无法简单地归为某一类，但是开始用自己的视角进行拍摄前，对其他作品进行大致的归纳还是对工作有所帮助的。

无论是哪种摄影风格激励着您，在开始时将涉猎面放宽一些是个好主意。学习如何在不同的地点和设置下进行拍摄可能会让您倍受鼓舞。本章会介绍一些提高技能的方法并说明如何尝试一些新的风格。

6.1 经典和浪漫风格

很多父母喜欢那种可流露出永恒感的肖像照片。经典的儿童摄影风格植根于过去大师们的绘画。受很多画家（如Rembrandt、Vermeer和其他画家）风格的吸引，经典和浪漫风格通常被人视为理想的儿童肖像表现形式。

提 示

建立一个照片拍摄想法文件，照片可来自于杂志或记下的某些喜欢的网站，当然该网站上有激发您灵感的照片。随着技能的提高，这些参考内容也会为您自己的创作提供灵感。

6.1.1 在工作室内拍摄

在工作室内拍摄时，经典的肖像照片来自于专心研究儿童。没有什么分心的元素会让人将注意力从儿童身上移开，并且只用儿童的表情和姿势就可以讲述一段故事。从很多方面讲，在工作室中拍摄有意义的照片比在外景地拍摄更具挑战性，因为在外景拍摄地中，可以依靠环境来表达一种意境。

低色调照片的背景较暗并且可能色彩很丰富，例如在花园或森林中拍摄的照片。如果人物的衣服颜色也较暗，那么人们的注意力就会集中到肤色上，或者是照片中最亮的部分，如图6–1所示。经典和浪漫的摄影风格很适合使用有图案的平纹细布或帆布背景，这可让图像有一种绘画感。

经典和浪漫风格并不意味着乏味和一成不变。在使用经典的背景和照明处理情况下，将婴儿放在图像的右下部分可让这张婴儿肖像具有全新的外观（参见图6–2）。

关于此照片：在绘有图案的背景幕前，利用窗户光线拍摄了这张经典的两姐妹肖像照片。衣服的色调和背景让该图像成为低色调图像。1/30s，f/4，ISO 400。©Lizbeth Guerrina

6.1.2　在外景地拍摄

对于经典和浪漫风格的肖像，应寻找宁静平和的地点进行拍摄，并且此地要有柔和的光线。图6–3所示的这对小女孩照片中，只通过她们的肢体语言就表现出了她们之间的关系。姐姐将手伸向妹妹，而此时妹妹正被水中的东西所吸引。

儿童很安静并且渴望什么时，他们的眼睛通常会睁得很大，脸颊显得温柔丰满。另一方面，决不要错过拍摄那些自然的、活力十足的或欢乐的时刻，如图6–4所示。在外景地中拍摄这些时刻可以讲述更有情节并且更浪漫的故事。在

6–2

关于此照片：通过有独创性的构图得到了经典的婴儿肖像照片。1/60s，f/2.0，ISO 400。©Jeffrey Woods/www.jwportraitlife.com

6–3

关于此照片：柔和并且几乎像有雾一样的朦胧光线突出了天空和池塘的色彩，并围绕在这对粉色的姐妹及其倒影周围。她们的位置让照片呈现出一种很好的空间感。1/125s，f/1.2，ISO 800。©Marianne Drenthe

关于此照片：还有什么比在夏天穿上芭蕾舞短裙更好的？这种表情是在其他情况下看不到的！逆光和利用树叶取景都让原本已经很美丽的照片更漂亮了。1/125s，f/5.6，ISO 320。©Patrisha McLean

自家的院子里或自己喜欢的地方拍摄，可以为照片添加一种工作室环境中所无法营造出的意境。

与孩子的父母谈论一下他们如何才能最好地配合拍摄工作，以及您可找到的最佳照明条件，如图6–5所示。很多时候他们并不知道您的实际意思是什么，所以需要帮助他们理解您的意思，这样才能让他们更好地配合您的工作。

我们知道，如何选择最佳的拍摄地点取决于可用的光线。不要指望始终都能找到最佳的拍摄地点，但可以尝试一下。要让孩子的父母知道，下午稍晚时候，太阳快下山时可提供美丽明亮的暖色光线。雾天在海滩上拍摄实际上效果会非常好。提前去拍摄地点看看，了解拍摄当天会遇到什么。也许孩子的父母会一同前往该地，了解您在寻找什么，因此能与您更好地合作，从而拍出更好的肖像照片。无论要在照片中表达什么，都应让父母知道，这才是实现自己目标的做法。

几乎所有主要的大城市中都有各种植物园和公园。如果您居住在城区并且想在作品中增加一些大自然的感觉，那么这些地方都是很好的拍摄地点。如果居住在乡村，那么草地、果园或牧场都是不错的拍摄地点。要充分利用自己的优势。如果您非常幸运，居住在海边，那么海滩就是最美的儿童摄影地点。

6.1.3 服饰

对于经典风格的肖像，我们想让服饰表现出一种永恒感。让人分心的标志、彩格和很大的条纹通常都会让人们失去对孩子的注意力。实色和永远都比较经典的服饰（如女孩的白色衣服，以及男孩领尖钉有纽扣的衬衫和牛仔裤）都可让人们的注意力集中在孩子身上。避免为婴儿使用又大又复杂的头饰和不舒服的衣服。通常拍摄婴儿的本性（根本不穿任何衣服）是最佳的！

还要注意孩子穿的鞋。什么也比不上日益变化的鞋子样式会让照片更快地过时了，所以如果无法确定鞋子对照片的影响，可以拍摄赤脚的孩子。

在图6–6中，可以看到所有拍摄对象都穿着

6

关于此照片：*年轻的芭蕾舞者正在练习舞步，下午的光线为照片添加了多变的阴影。1/200s，f/5.6，ISO 400。©Scarlett摄影*

浅色的衣服，并且背景显得有些苍白和模糊；我故意选择了浅色的衣服并在周围的背景中营造一种虚幻感，这样就会突出儿童的脸部，让该部分成为人们主要关注的地方。

人物的服饰不应比拍摄对象还要显眼，或者说不能让人分心。在图6-7和图6-8中，我们会注意到其中的小男孩，而不是他们的服饰。如果任何一个男孩穿着T恤衫并且衣服上有标志或

关于此照片：在浪漫、美丽、宁静并且雾气蒙蒙的浅水湖边，用这种构图方式拍摄三姐妹会让人看起来感觉很舒服，请注意颜色的统一以及水平的平行线。1/250s，f/5.6，ISO 200。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

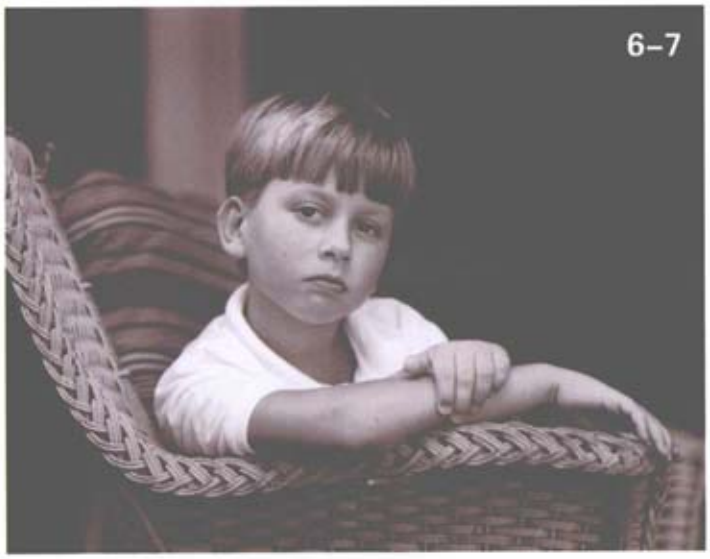
光线的基调

就像可以用不同的音调演奏音乐一样，光线也可以为要表达的意境营造一种基调。虽然音乐和光线之间有很大差别，但是它们都证明了一个重要的观点：如果选择的服饰和环境非常适合摄影师想象的肖像意境，那么就可以让孩子的脸部、眼睛和肤色更为突出。父母可能更喜欢某种风格，所以向摄影师展示以前拍摄的照片并且演示其他风格的效果会很有帮助。

低色调肖像是指图像的色调以暗色（低色调）为主，这样拍摄对象的肤色就成为图像中最亮的部分。低色调图像通常具有很高的反差，但是非常生动并且富有意境。

在黑白照片中，中色调肖像内主要是中间色调，如灰色。中色调肖像的反差比较低，看起来非常柔和并且使人宽心。

高色调肖像中以淡色调为主，肤色可能是图像中最暗的部分，因此在图像中会显得很突出。高色调肖像的反差通常比较低，会让照片显得比较优美和浪漫。



6–7

关于此照片：稍微倾斜的头部、敏锐的眼睛和充满曲线的取景，都突出了这张构图出色的照片中男孩很放松的姿势。1/250s，f/1.8，ISO 100。©Scarlett摄影

6–8

关于此照片：虽然这张照片是在多年前拍摄的，但是这种给人以永恒感的地点和服饰选择，让照片在过去和现在都是经典的作品。1/250s，f/1.8，ISO 100。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

条纹，那么这些图像看起来就会有种完全不同的感觉了。

6.1.4 实现某种意境

无论选择的拍摄位置、照明和服饰如何，所有这些决定都会对要表现的意境产生影响。提前决定要在图像中表现哪种意境很关键。要尝试表现这个孩子及其个性的什么方面？可以使用周围环境中的哪些元素帮助您表达观点？是想让图像充满活力和异想天开，还是让孩子显得深思熟虑和害羞？例如在图6-9中，柔和的光线和漂亮的纱丽围在这个小女孩平静的脸部，这突出了她美丽的棕色眼睛和难以捉摸的

6-9

关于此照片：摄影师让这个小女孩显得自然些，最终得到了这个美丽的微笑，而不是难看的裂嘴笑。1/125s，f/2.8，ISO 1600。
©Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com

笑容，让欣赏者可能会沉思拍照时小女孩在想什么。这里表达的意境是安详和沉思。

在这张风吹过草地时，两姐妹坐在草地中间椅子上的照片中迷漫着一种平静的，非现实世界的感觉（参见图6-10）。如果女孩穿着色彩亮丽的衣服在草地上跑，那么所捕捉到的意境就会完全不同。

引　用

“第一个婴儿第一次笑时，她的笑容分成了千万份并撒在了人间，这就是最初的仙女。”——James M.Barrie。

6.2　现代派风格

现代派风格的儿童肖像都显得有些时髦并且很酷，但即使从当前的趋势看，这些照片也会有很强的永恒感。现代派风格通常会打破传统，在这类照片中不会出现那种程式化的姿势，而是会鼓励儿童将真实的个性表现出来。没有头部和大笑的肖像照片正是这种风格的写照。

6.2.1　在工作室内拍摄

在工作室内非常适合于拍摄现代派风格的肖像，很大的一部分原因是杂志的广告会为这种风格的摄影提供很多灵感。平整的纸质背景很适合营造现代感。这种平整的背景很便宜并且有很多的颜色可用，与画布或平纹细布背景幕相比，不用很多钱就可以挑选很多这种平整的背景。

尝试在工作室中拍摄现代派风格的作品时，应该安排好照明灯，让灯照亮比较大的区域，这样可让拍摄对象有走动的空间。在图

6-10

关于此照片：在风吹动的草地中间放一把老式的椅子并让这对姐妹站到椅子上，为拍摄营造了一个浪漫的氛围。1/320s，f/3.5，ISO 400。©Jeffrey Woods/www.jwportraitlife.com

6–11所示的两姐妹照片中，背景不会引起人们的注意，风扇吹起的头发增加了照片中的动感。

有时，比较极端的裁切方式也会在照片中营造很强烈的现代感。图6–12和图6–13中的图像都利用了实体周围的空间，让人们所有的视线都集中到拍摄对象上。谁说对象的头部必须要出现在照片中？在图6–13中，即使没有看到对象的脸部，但是一样能感觉出这是个小男孩。

关于此照片：一种较为现代的姐妹肖像处理方法是利用白色的背景和风扇，通过她们飘动的头发实现动感。1/125s，f/2.8，ISO 100。©Jeffrey Woods/www.jwportraitlife.com

6–11

6–12

关于此照片：摄影师将这个小女孩放在画面的最右侧，为这张照片增加了一种现代感。1/125s，f/3.5，ISO 100。©Jeffrey Woods/www.jwportraitlife.com

关于此照片：口袋中的手也讲述了它们自己的故事。这种使用大量实体周围空间的极端取景方法，让图像有一种就是此刻的现代感。1/60s，f/10，ISO 125。©Jeffrey Woods/www.jwportraitlife.com

6–13

一般的服饰穿着建议

父母需要知道，介绍这么多有关服饰的内容只为一个目的：不要让人们的注意力从孩子美丽柔和的脸部离开。如果父母能遵循这些原则，就会得到一些好照片。无论您的摄影风格如何，下面的建议应该都适合您。

· 建议服饰上不要有粗大的条纹、彩格或图案、证章、标志等。毛线衫上的纹理非常漂亮，出现在照片中也不错，但是要小心，不要让该纹理太过突出。

· 手边要有工具可以理顺孩子的头发。让父母提前告诉您他们喜欢什么，不喜欢什么。只需携带一小瓶喷发水和少量的头发定型剂。您可不想在拍摄大量的出色照片后，才发现孩子的妈妈不喜欢她女儿的头发样式，或者其他的什么方面。

· 如果孩子穿着背带裤，让父母不要担心。背带裤也是一种童年的标记，多数人在回忆这些时刻时都会情不自禁地微笑。但是，如果父母愿意，您可在后期处理中减少一些讨厌的金属饰物或者将其完全去掉。

有时现代派风格的作品中也会包含一些传统风格的内容，如图6–14所示。其中的照明和背景都强烈表现出经典和浪漫风格的氛围。但是穿着牛仔裤并光着上身的婴儿以及胸前的纹身（当然是用Photoshop加上去的）可决不是什么传统的东西。

在这个媒体饱和的年代，您所看到的照片比以往任何时候都要多。电视、杂志和Internet上的广告都在影响着我们的品味和创作风格。图6–15中的小女孩只有12岁，但是这无法阻止她想让自己看起来像一位名模。

传统的家庭肖像都是让每个家庭成员仔细地摆好姿势并安排好他们的位置。而现代派风格的家庭肖像则寻求真实性和自然性，方法是让家庭成员们随意摆姿势，并且用更为自然的方式进行交流，如图6–16所示。

6–14

关于此照片：背景和照明都很传统，但是婴儿的姿势和照片处理方式可不是。1/125s，f/7.1，ISO 125。©Jeffrey Woods/www.jwportraitlife.com

6–15

关于此照片：平整的灰色背景和呈一定角度拍摄的手法都为这张青春期女孩的照片提供了很强烈的、像广告照片的那种感觉。1/100s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

关于此照片：拉一张大椅子过来，让所有家庭成员都挤到这张椅子上并观察会发生什么。
1/100s，f/2.8，ISO 100。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

6.2.2　在外景地拍摄

可在任何地点拍摄现代派风格的照片，因为这种风格依赖于摄影师如何看待拍摄对象，而不是实际的拍摄地点。但是您要仔细学习本节内容，了解在自己居住地等类似地点上会有哪些拍摄想法。仔细学习本节内容时，可能会了解到如何在经典和浪漫、现代派及新闻摄影风格中使用这些拍摄地点。这完全取决于您的想法。

城市内衰败的街区也是我们居住世界的一部分，要拍摄现代派风格的肖像，可以充分利用这些可能看起来已经老旧破败的地方。使用生锈并且已经不平的金属门作为背景，可为图6–17中小女孩的背景增添纹理感和趣味性。

6–17

图6–18中使用一堵年代久远并且已经褪色的混凝土墙作为背景，这样表现出这对十几岁兄弟的勇敢，同时又十分有趣。通常，十几岁的孩子不会处于他们的妈妈所喜欢的那种“做作的”状态。他们会受到父母照片的影响，并且也想看起来很酷。例如在图6–19中，老旧的砖路可以作为这个年轻男孩照片的背景，很有质感，同时很强的光线从左侧照入，将他与逐渐变暗的人行道分开。

关于此照片：*生锈的金属门为背景增添了纹理感和趣味性，同时女孩傻笑的表情也表现出了她的个性。1/1320s，f/2.8，ISO 500。©Jeffrey Woods/www.jwportraitlife.com*

6–18

关于此照片：*这对十几岁的兄弟不会拥抱并对着相机甜甜地微笑。通过他们身后褪色的混凝土背景反映出他们很酷的个性。1/160s，f/2.2，ISO 250。©Jeffrey Woods/www.jwportraitlife.com*

关于此照片：很强的侧光增添了戏剧性，并且将男孩与逐渐变暗的人行道分开。
1/1000s，f/2.8，ISO 125。©Jeffrey Woods/www.jwportraitlife.com

图书馆、艺术中心和其他公共场所（甚至是停车场）都是拍摄儿童及其家庭的好地方。使用建筑物中的线条完成对象的取景，或者将人们的视线吸引到对象身上，如图6-20所示。

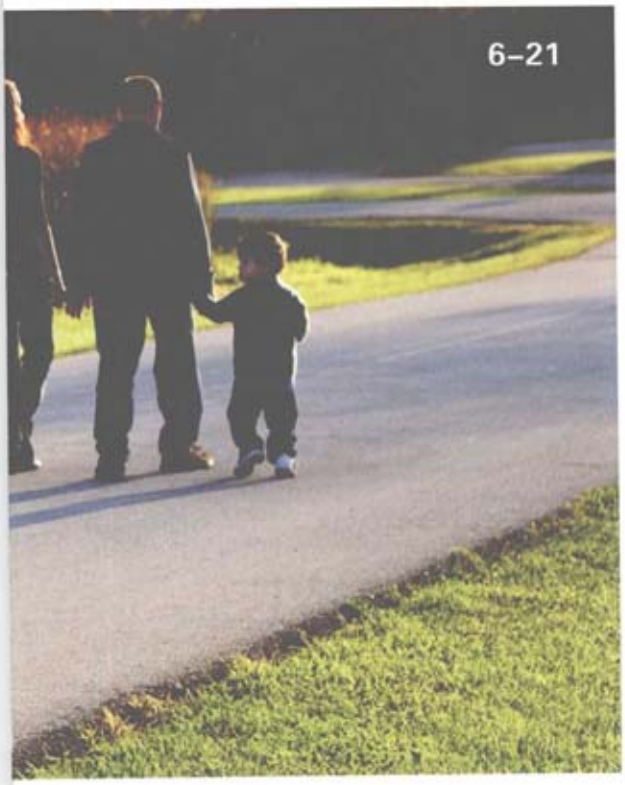
将拍摄对象置于小路、公路或小巷中的某处时，都可将人们的注意力吸引到这个对象身上，如图6-21所示。注意这个家庭的成员走过小路时，阴影是如何留在他们身后的，这样就讲述了他们自己的故事。

6.3　新闻摄影风格

新闻摄影风格需要考虑时间和地点，并且拍摄的照片要能反映出这一刻的世界。真正的新闻摄影风格应该是随时观察并拍摄镜头前所出现的场景。摄影师不会用任何方式影响拍摄对象。照片内容不是安排好的，人物不会为拍摄而更换服装或整理头发，拍摄机会是自然出现的，并且摄影师只拍摄这一刻的人们。

新闻摄影风格借用了很多真正的新闻摄影元素，但还是有一些主要的差别，例如可能会对人物的服装和所处的位置计划一下，很显然这不是真正的新闻摄影风格。但是一旦安排好这些并让孩子们就位后，新闻摄影风格就要求您完全放开，让孩子们表现出自我。拍摄时忘记什么摆姿或整理头发吧，只需让孩子们玩耍，同时您准备好相机就可以了。

关于此照片：是的，这些孩子同属于一个大家庭！最大的男孩已经准备独自生活了，所以将他作为这幅图像的焦点。1/160s，f/5.6，ISO 400。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com



关于此照片：一家人一同走向他们的未来。这种构图方式极具现代感，但是拍摄对象却是永恒的。1/1000s，f/4.0，ISO 1000。©Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com

6.3.1 在外景地拍摄

作为家庭新闻摄影师，如果孩子们始终在相机前摆好姿势，那么很难拍摄到孩子们无拘无束的时刻。这个问题的最佳解决方法是让相机始终露在外面并经常使用它。不久以后，孩子们就会对您感到厌烦了，并且会自己玩耍，此时就可以在孩子的自然生活环境中拍摄他了。

要想在拍摄对象没有察觉的情况下拍摄他们，远摄镜头就派得上用场了，如拍摄图6-22中妹妹骑在哥哥肩上的场景时。使用较长的镜头可以让摄影师拉近对象并去除杂乱的背景，方法是只在拍摄对象和上面的蓝天上对焦。

关于此照片：这对兄妹脸上的表情讲述了一段故事。小女孩喜欢她的哥哥，而哥哥也喜欢妹妹，只是他不想表现出来而已。1/250s，f/4.5，ISO 200。©Jeffrey Woods/www.jwportraitlife.com

6-22

6

拍摄新闻摄影风格的照片时，应该在任何地点，无论孩子们正在干什么都拍摄他们。您能想象，如果摄影师等到图6–23中所示的小女孩在椅子上坐直后再拍摄会是什么效果。

6–23

关于此照片：这张照片让我们充分感觉到这个小女孩的个性。1/160s，f/2.8，ISO 400。©Stacy Wasmuth/www.bluecandyphotography.com

在儿童所熟知的环境中拍摄他们（如图6–24所示）时，可让儿童们感到非常舒服，并且得到的照片更有意义，可以让人们回忆起童年时代在家中的生活。让儿童展示他们的卧室和他最喜欢的玩具，如图6–25所示。甚至还可以让他们在床上跳几分钟（千万不要告诉他的妈妈），如图6–26所示。

6–24

关于此照片：数年后，这张照片会让人回忆起这个婴儿成长的家。这种构图强调了广阔的世界中这个婴儿是多么渺小。1/125s，f/2.8，ISO 1600。©Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com

引　用

“对自己的工作很了解的肖像摄影师从不寻找什么成功的模式。将肖像摄影的内涵简化为几条规则和图表的人会显得非常冷漠，因为出色肖像最根本的精髓太难定义，因此也无法捕捉并总结出来。肖像始终是人类进行探索的一种艺术形式”——Edward Werston，摄影师

关于这些照片：孩子们喜欢展示他们的卧室和玩具，而这也展示了他们的一部分个性。图6–25和图6–26的拍摄参数都是1/125s，f/2.8，ISO 400。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

6.3.2 意境

想象令人吃惊的时刻经常出现并且您能拍摄到它，这可不太现实。有时这种时刻的确会出现，但是大部分时间都不会出现。这就是小小的辅助现实的用武之地。将孩子放在他们的生活环境中，然后让他们自己寻找乐趣。例如，摄影师叫图6–27中小女孩的名字时，她正坐在她最喜欢的球上。房间中的光线不太足，所以摄影师使用较大的光圈拍摄了该照片。出现这种有趣的时刻可能不太容易，可能必须要用好吃的东西“贿赂”他们或者讲讲有趣的故事，或者发出猪哼哼的声音，但是为了得到出色的照片，这些都是可能要做的。

6–27

关于此照片：不可能会得到比这还要甜美的微笑了。摄影师叫了这个孩子的名字，她则用微笑报以回答。1/60s，f/1.8，ISO 250。©Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com

清晨的可爱金色光线突出了图6–28中的这个家庭，当时他们正在农场上的谷仓前玩耍。衣服、场景设置和照明都是精心计划好的，但是他们的欢乐和情感都是非常真实的。

描绘家庭的其他方法是只拍摄他们的一部分，如图6–29所示。让他们在父母充满光线的卧室床上排成一排，可以在传统家庭肖像照片的基础上拍摄出新意。

6–28

关于此照片：安排好的照明、服饰和场景可让这个家庭成员没有什么约束，表现出非常自然的表情和动作。1/640s，f/3.2，ISO 125。©Julia Woods/www.jwportraitlife.com

通过精心的裁切来拍摄孩子享受汽水时淘气的笑容，让欣赏者也能立即感受到她的喜悦心情，如图6–30所示。

关于此照片：这张家庭肖像很有趣，当然也很有创意，讲述了有关生活方式的故事。简单的背景和水平排列的人实现了有力的构图。1/125s，f/2，ISO 400。©Marianne Drenthe/www.marmaladephotography.com

6–29

6–30

关于此照片：通过精心的裁切强调了孩子淘气的笑容。脸部周围较暗的色调将人们的注意力吸引到孩子的脸部。1/125s，f/4，ISO 500。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

6.4 让父母为孩子的肖像拍摄做好准备

无论是将儿童摄影当作一种爱好、一时的激情还是作为职业，与孩子的父母交流是创作独特并且有意义的肖像作品过程的重要组成部分，这样拍摄出的照片既能让父母满意，也能发挥自己的创意并表现自己的想法。如果有意将自己的摄影兴趣变为一种职业，那么与孩子的父母进行合作和交流都会让您受益匪浅。

6.4.1　概述您的期望

在拍摄过程中，一定要让孩子的父母知道您的一些想法。很多职业摄影师都会向孩子的父母表达自己的哲学理念和作品风格，以及服饰建议和其他重要信息。再花些时间了解孩子的父母对最终的拍摄结果有什么想法。例如，他们是想得到很大并且可挂到墙上的肖像，还是只想拍摄几张每年圣诞节贺卡用的照片。

通过这种交流，可让父母对作为艺术家的您建立信任感，并且会尊重您的时间安排和拍摄风格。提前与父母清楚地交流信息，可防止日后出现交流缺乏和误解的情况。

让父母为即将开始的肖像拍摄工作做准备时，最重要的事情是要求他们在和孩子的谈话中忘记正在拍摄。开始拍摄时，不要让儿童感到您所带来的任何压力。在本书的很多照片中，儿童的动作看起来很完美，所有方面好像都是按计划进行的，但是这些内容都是非常真实的。

为了获得有意义的儿童照片，提前计划和讨论所有可能会发生的问题都是非常有价值和有帮助的。但是如果拍摄过程中涉及非常难缠的儿童和恶劣的天气，那么您和孩子的父母都要对可能无法完全实现预期的效果做好准备。

通常，如果双方（孩子的父母和摄影师）对交流达成共识，那么得到的照片很可能会比预期的要更好。惊喜不会来自于挫折，而是来自于有创意的挑战。

6.4.2　与父母一同完成拍摄

很多儿童摄影师喜欢与儿童一对一地进行拍摄，而让孩子的父母在一旁或在另一间屋子中待着。父母希望与孩子和摄影师在一起的一个主要原因是：他们希望确保儿童不会露出古怪的微笑或小怪癖等。但恰恰相反，孩子与父母分开后，他们却很少出现这些表情或动作。如果父母坚持拍摄过程中要在现场，那么可以要求他们靠后站，安静地看着。如果他们感到很放心，可以悄悄地离开4～5分钟。

告诉父母您对能够调动出儿童的一些表情感到很自豪，而这通常只能在没有让孩子分心的情况时才能完成。如果进行室外拍摄，可以让儿童试着安静下来并倾听周围的事务。让安静吸引他们的注意力并问问他们到底听到了什么。这些安静的时刻可以调动出孩子美丽、自然，并且有些古怪的表情，如图6-31所示。促使这些时刻的出现需要摄影师和孩子之间没被任何人打扰。

将难看的大笑留给学校的摄影师吧。如果有出现微笑或可爱笑容的迹象，那么可通过您的话语让它们反映出来。如果必须使用助手（如果拍摄两三个小孩，那么助手非常有帮助），可让助手在您没有说明的情况下不要转移孩子对你们之间关系的注意力。

让父母不要和孩子讨论如何笑或该怎么做的问题，应该让孩子就表现为孩子的样子。孩子在拍摄过程中越放松和越高兴，那么对于所有人而言工作就会越轻松。父母还应该尝试表现出很轻松和自信，因为他们会影响孩子们的情绪。如果将孩子留给您时父母表现出自信并且没有任何大惊小怪，就可为整个拍摄过程设置好一个基调。在这些可能影响儿童的微妙时刻，始终要尽力分散孩子的注意力。

关于此照片：这个小芭蕾舞女正在盯着镜头，看起来像在做白日梦。柔和的窗户光线和选择性对焦给人一种异想天开的感觉。1/60s，f/2，ISO 400。©Judith Farber

如果选择将儿童摄影作为自己的职业，那么会看到孩子的各种行为，从非常出色到极其恐怖的都有。

引 用

“在儿童的脸上，我看到他们非常容易和确定地表现出的智慧和善意，我知道这会是他们一生的表情。”——Robert Henri，美国画家。

这就是让喜欢儿童的摄影师感到有挑战、乐趣和有创意的地方。

有些儿童习惯有自己喜欢的东西陪着，与父母交流时可以建议他们拿上一个毯子、毛绒动物和孩子喜欢的玩具。使用很特别的东西也是一个好主意（务必要和父母先商量一下）。可以在拍摄期间给孩子玩，只要这不会搞砸拍摄就可以。

6.4.3　不停地拍摄

即使认为拍摄已经结束并且要收拾东西走人了，这时也会不可避免地出现某些甜蜜和惹人喜爱的时刻（如图6-32所示），而您的手中却没有相机。尝试在没有坐到汽车里准备离开前，不要将相机收起来。

很多让人难忘的照片都是从人物后面拍摄的。还记得JFK与他的儿子在海滩上散步时的经典照片吗？此时根本看不到脸部，但是它所讲述的故事却很明显。可能需要提前说服孩子的父母，让他们相信用这种方式拍摄的儿童肖像照片也是很漂亮的。展示一些以前创作的类似作品可促使父母同意用这种方式进行拍摄。

关于此照片：这几个姐妹一起走开时我从后面拍摄了该照片，该图用独特的视角反映了她们间的关系。1/50s，f/2.8，ISO 400。©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

6.5　计划肖像拍摄

有时要既要拍摄个人肖像，还要拍摄家庭肖像。提前问问父母哪种肖像对他们而言更重要。尝试不要超出儿童的适宜室温和注意力能够集中的时间长度。这个时间可能很短，具体长度取决于儿童的年龄。如果时间和温度允许，最好先拍摄个人肖像，然后再拍摄群像。

很多人希望得到更自然并且非摆姿的照片。当然，肖像作品中的人越多，尝试将每个人都放入画面中时，就越可能出现摆姿，除非在较为自然的情况（例如家庭重聚或野餐）下可以随意安排拍摄。一定要与孩子的父母交流这方面的内容，如果照片中有很多人，让他们注意不要出现不自然的动作。

引　用

“对于肖像照片，必须捕捉到拍摄对象的精髓。这取决于拍摄肖像照片的主要目的，并且这也是主要的难点。摄影师要探寻孩子内心的深处，因为镜头只能看到表面现象。”——Philippe Halsman，美国肖像摄影师。

作 业

拍摄有特色的肖像

问问有孩子的朋友是否可以为他们拍摄有特色的肖像照片。与他们交流您想创作哪种有特色的肖像照片并与他们协作完成拍摄（当然您要指导他们）。使用从本章所学的知识进行拍摄，并挑选最好的儿童照片上传到网站。

为了完成这次作业，我试着拍摄了一些新闻摄影风格的照片。较低的相机角度和处于逆光的拍摄对象让摄影师在一天中快要结束时，拍摄到了这些小朋友间无拘无束的时刻。ISO 640，f/3.2，1/160s。

©Wendi Hiller

完成这次课外作业后不要忘记访问http://bbs.fengniao.com/forum/forum_205.html，在此可与他人分享您的最佳照片，并查看其他读者是如何完成该作业的。还可以发表评论并阅读评论、鼓励建议和反馈。

©Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com

7

第 7 章
调动人物的表情和情感

- 注意人物的情感和情绪
- 透露内幕的眼睛：心灵的大门
- 让拍摄对象到大自然中去
- 研究肢体语言、姿势和移动
- 使用照片讲述一段故事
- 儿童摄影方面的心理学知识

©Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

无论是翻阅自己的家庭照片、朋友收藏的照片，甚至是杂志上的照片，最初都会慢慢地浏览每张照片。可能会遇到让您停下来或慢下来的照片，并让您深入研究或全神贯注地欣赏它。这些照片可能会让您微笑、思考几分钟，或者回忆起过去的美好时光。这是一种很好的练习，可帮您提高自己的观察力并看看有什么能吸引您。这些能够让您停下来和仔细翻阅的照片通常是因为照片中人物的表情、情绪和情感可能意义深远或者很吸引人。

在儿童摄影中更是如此。儿童的表情和情感通常会表现在脸上并且随时都会出现。作为儿童摄影师，只需在现场见证并拍摄这些免费提供的视觉盛宴就可以了。

与胶片摄影相比，数码摄影最大的优势在于可以随意拍摄并捕捉特殊的时刻，能更好地表现儿童很自然的喜悦心情（如图7–1和图7–2所示），同时无需担心是否会浪费胶卷。这种技术让您可以在拍摄中进行学习，可以立即看到拍摄结果并确定是删除还是保留该照片。对于进行胶片摄影的人而言，这种方便性可以说是无法实现的梦想。

关于此照片：*小女孩为妈妈采花时表现出的喜悦心情和很自然的动作是无与伦比的美景。她用帽子摆出的姿势为照片增加了亮点。1/4000s，f/5.6，ISO 500。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

引　用

“拍摄对象可让您的生活更充实，有了相机，您需要做的就是将相机拿在手上并进行拍摄。”——Margaret Bourke White，*Life* 杂志的首位女摄影记者

7

7.1　注意人物的情感和情绪

拍摄儿童时，最重要的要素是表情、情感和情绪的表现。例如，下面是人们可能会注意到的表情和情感。

- 高兴；
- 喜悦；
- 感兴趣；
- 沮丧；
- 思虑；
- 亲切（如图 7–3 所示）；
- 全神贯注；
- 沉思；

关于此照片：在画面中包括了有特色的玩具和棉被，并且这个女孩的肢体语言和表情非常自然，反映出她的年龄特点。肮脏的小脚有助于讲述一段故事。1/80s，f/1.8，ISO 400。©Marianne Drenthe/www.marmaladephotography.com

关于此照片：这张小男孩和他刚出生的弟弟的肖像照片表达出一种亲切感和骄傲感。他敏锐的眼睛为照片增色不少，而在很近的角度上拍摄则营造出一种亲密感。1/100s，f/4.5，ISO 1600。©Wendi Hiller

- 宁静、安宁、困倦（如图 7–4 所示）；
- 被吸引；
- 幻想；
- 注意；
- 活跃；
- 轻浮；
- 吃惊（如图 7–5 所示）；
- 顽皮；
- 惊讶；
- 好奇；
- 失望；
- 爱慕。

引 用

“您就是相机，您的眼睛就是快门。通过您和眼睛进行观察就是在绘画，是您在混合各种色彩，而不是相机。”——Richard F. Barber。

想象

如果您是孩子的父母，可能在很多情况下都希望手中要有相机就最好了。有多少次您通过后视镜看着在汽车后座上睡觉的、蹒跚学步的孩子的温软圆脸，如果只需眨一下眼就能得到照片并且在照片中能够记录下此时您的所有情感，那该有多好啊！实际上，练习在脑海中想象这些时刻，就可在以后更为轻松地拍摄它。在日常生活中看到周围的儿童时，可以试着进行构图并想象着拍摄几张照片，等到手中真的拿着相机时，这样的练习就会让您逐步成为更出色的摄影师。

关于此照片：*看到并成功拍摄到这种一闪而逝的表情是多么棒。用富有质感的毯子裹着孩子，这样得到了富有曲线感的构图，并让照片表现出一种温馨感和安全感。1/2000s，f/1.4，ISO 200。©Wendi Hiller*

关于此照片：孩子惊讶地向上看时，用这种向下看的视角拍摄是很少见的，但是非常有创意。背景中色彩丰富的玩具围绕着他，但最迷人的是他的眼睛。1/250s，f/1.8，ISO 400。©Marianne Drenthe/www.marmaladephotography.com

最理想的情况是正好遇到“最佳的瞬间”并将它拍摄下来，但出现这种幸福时刻的几率并不高。经常是在遇到这些美好的时刻时，要么手中没有相机，要么等您拿着相机回来时，所有这些美妙的动作和神奇的时刻都消失了，留下的只有美好的回忆。

如果为了拍摄照片而重现某个时刻，就会知道这根本行不通。但是您可以记住那一刻的感觉，并尝试下次通过某种方法将其拍摄下来。

与孩子在一起时始终要带着相机，这样就有很多机会拍摄大量珍贵的时刻。如果时常把相机带在身边，那么孩子会习惯于相机的存在。相机不会让孩子变得无语，并且在拍摄时他们会表现得状态自如，而这正是我们所需的。

下面各节说明了在拍摄儿童时，促进和营造这些神奇时刻的出现以及拍摄这些神奇时刻的方法。

7.2　透露内幕的眼睛：心灵的大门

不知是谁说过：眼睛是心灵的大门，是心灵的镜子，或者说是心灵的窗户。拍摄儿童时，这个概念仍适用并且极为重要。在肖像摄影中，脸是人体中最有表现力的一部分，而在脸部中，眼睛又是最重要的。如果大部分图像都失焦，但眼睛却清晰对焦了，那么照片都是可接受的。要特别注意光线如何照亮了孩子的眼睛。注意寻找捕获光，这种眼睛中的反光可以在照片中展示出生命与活力。通常只需让孩子转一下身就可能让光线正好落入孩子的眼睛中。

学校摄影师以及（实际上）大多数摄影师和父母都会选择那种展示大眼睛并且咧嘴笑的儿童照片，并且都会觉得这种照片不错。微笑并且透露出高兴表情的儿童会让所有人喜欢，这个规律无法打破，但还有其他能吸引人的方法。

想象一下儿童大笑时的场景，面部的肌肉挤在一起，眼睛也变小了并且张得也不大。与完全大笑的脸庞相比，还有什么其他的方法也能或者能更好地表达儿童的个性吗？孩子休息时的脸部通常最能表现孩子的眼睛和个性。

如果拍摄时，孩子遮住了眼睛并表现出很害羞的样子（如图7-6所示），那么也不用失望。这张小男孩的照片也很迷人，真实地反映了这个3岁孩子的个性。

图7-7中小男孩的眼睛看起来很深邃。在他没有直接看着相机时完成拍摄，得到的是一张显得很温柔的照片。注意他的眼睛是多么大，多么明亮，而面部表情是多么温柔。大多数儿童最终会对拍摄感到很轻松，这从图7-8中可以看出来。小男孩的眼睛中有一种闪光，因为他有时间去认识摄影师并感到很放松。通常在摄影过程中需要一小时或更多的时间才能获得与此类似的照片。

关于此照片：*在地板上和孩子处于同一高度进行拍摄是让他感觉与您在一起时很舒适的关键。1/60s，f/4，ISO 640。©Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com*

***关于此照片：**等待并密切关注拍摄对象，这个小男孩的眼睛成为这张照片的神来之笔。光线让他的脸部显得美丽柔和，非常吸引人。1/125s，f/8.0，ISO 1600。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

拍摄蹒跚学步的孩子很有趣，特别是如果能将他们对相机的注意力转移开。可以观察他们快速变化的表情和动作。图7-9中的金发男孩正在吮手指，并盯着远处的什么东西。注意这幅图像是如何沿着他的头部和上身进行构图的。不要害怕让脸部和眼睛成为图像的焦点，这样做可以让脸部和眼睛占据整个画面。

有时摄影初学者的一个观点是，在画面中要包括整个头部或全部身体，实际并非必须如此，近距离拍摄人物时得到的图像让人看起来会更有趣并且显得更亲切。

儿童正在凝视、观察、倾听或思考时，他们的眼睛通常会睁得很大，脸部的表情也显得很柔和并且很放松，如图7-10和图7-11所示。如果拍照时能够促使这种瞬间出现，那么可以用任何方式完成这个任务。解决是应该让儿童微笑还是大笑的难题之后，可能会惊奇地发现肖像照片表现了多么出色的人物特征和情感。

7–8

关于此照片：*Benjamin展示出机智但又淘气可爱的一面，这出色地表现了他的本性。很暗但是敏锐的眼睛传递出大方和信任的感觉。1/50s，f/5.6，ISO 800。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

7–9

关于此照片：*Rex表现出父母们在孩子的成长过程中通常会忘记的某个“时刻”。他的表情说明了他正在想前面发生了什么事。1/640s，f/5.6，ISO 1600。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

如果给儿童拍照时没有人强迫他，那么也可拍摄儿童的笑容。即使要拍摄儿童的笑容，也要尝试找到笑容看起来很微妙或很自然的时刻，如图7–12所示。

当然，在沉思冥想和生气性急两者之间还是有区别的，要通过经验学习如何找出这种区别。这种区别通常取决于我们称为“可爱”的特性。儿童看着您的时候，让他显得很可爱的方法可能是您的一个微笑，或者稍微倾斜一下脑袋。

7–10

关于此照片：*在花园中拍摄的这张小姑娘肖像照片中，沉思冥想的表情会吸引您的注意力。衣服的圆领线条优美地突出了她的脸部。1/125s，f/5.6，ISO 320。©Patrisha McLean*

7–11

关于此照片：*这是小男孩一生中很害羞并且很警惕的阶段，脸部的效果很惊人，他的眼睛睁得很大，脸颊看起来非常柔和纤弱。1/125s，f/4，ISO 1600。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

引 用

"儿童是天生的禅宗大师，他们的世界始终都是全新的。"——John Bradshaw，美国作家和哲学家

7.3 让拍摄对象到大自然中去

与儿童一起外出时，看到他们会被什么所吸引会让人感到很高兴。如果带着吹肥皂泡的玩具、气球和其他玩具与儿童一起外出，但可能会发现他只是在低头看，捡起感兴趣的石头或者坏掉的贝壳并将它扔出去，闻闻或尝尝某个东西的味道，并对这些活动非常着迷。事先计划的所有技巧可能都没什么效果！在图7-13中，小女孩躺在沙地上并开始做出天使的模样。尝试不要去说什么"放下那个东西，很脏"或"看着红色的气球"，因为这样做可能会失去拍摄机会，让孩子无法表现出自己的天性并且会错过很多让人惊奇的时刻。

孩子看到蓝色的鸟，会跳起来尝试摸到它，然后会跌落到草地上，让干净的衣服沾上草屑，此时就应该按下快门，并要感谢孩子脸上出现的自然表情（如果能让妈妈一同陪他玩就更好了）。

您拍到这个瞬间了吗？不要打击孩子好奇和爱玩的天性，可以和他们一起玩，甚至可以期待并鼓励他们去玩耍。照片中什么最让人感兴趣，是红色的气球还是海贝壳？我对此的观点（并且重复了很多次）是：计划好拍摄过程、找

关于此照片：Sam和Nick是一对兄弟，此处展示了他们漂亮的蓝眼睛和内心的惊奇。有时用相机近距离拍摄可增加照片的戏剧性和影响力。1/250s，f/5.6，ISO 1600。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

关于此照片：*顽皮和无约束可充分描述海滩上的这位小天使。这样的肖像照片所讲述的故事当然会吸引观赏者的视线。1/80s，f/9.0，ISO 400。©Theresa Smerud*

到合适的光线、准备好并让美好的时刻出现。让孩子自发的行为和各种离奇的念头都表现出来吧。

在海滩或公园时，找到一个光线非常好的地点，然后和拍摄对象一起进入该地点（如图7-14所示），在这张照片中，蹒跚学步的孩子在摆弄花朵时，光线照到脸的一侧。在草地、石头或者树桩上找一个舒服的地方坐下来，试着低声对儿童说“嘘，听！告诉我你听到了什么。”孩子会安静下来，也许会睁大眼睛，或者会用眼睛向边上看并开始倾听。无论在何处，总会听到一些声音，可能是鸟儿在欢唱，树枝摩擦发出的声音，卡车的轰鸣声或者狗叫声。从孩子意识到正在拍照到安静地倾听，这个转换过程可能是一个非常短的瞬间，此时就可拍摄到一些自然、坦率和开朗的表情。图7-15中的儿童沉迷于大自然中，并不知道有人在拍摄他们。

树木、石头、池塘、花朵等都是大自然中大量存在的道具和背景。可以将身体靠在树上、藏在树后或坐在树下。树叶可以提供阴影，阴影

关于此照片：这个蹒跚学步的孩子很容易就找到了好玩的东西，并且非常喜欢花园的花朵。摄影师拍摄了她的侧脸，让照片给人以更自然的感觉。1/200s，f/5.6，ISO 400。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

中的空气会比较凉爽，并且也不会造成头顶强烈光线下那种斑驳的脸部。

有时环境本身会为场景增添某种意境，即使照片中没有显示拍摄对象的脸部时也可捕捉到这种意境，如图7-16所示。从孩子们的肢体语言以及场景中独特的意境都可感觉到他们之间的那种友情和冒险精神。

找一块田野、很大的草地或海岸线，然后让儿童们排成一排并与相机保持平行。让他们散开，然后在您挥手后让他们向您的方向移动，但是不要看着您或相机。他们可以相互看着，或者看着远处的什么东西并相互谈论。您挥手后就可以开始拍摄了。这样就设定了场景但是又在该场景内为拍摄对象赋予了一定的自由。

他们到达场景的一侧后，可要求他们转身往回走。可以在近距离或远处跟随他们，从而得到完美的照片。

关于此照片：在照片中可以感觉到这对正在采花的兄妹之间的和睦。对角方向的引导线让画面更漂亮了。1/500s，f/4，ISO 1600。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

关于此照片：这张照片表现了雪天中孩子们在学校时的喜悦心情。注意森林的边缘所形成的引导线。1/60s，f/11.0，ISO 400。©Theresa Smerud

提　示

在大自然中拍摄儿童时，一定要谨慎、细心并且要保证安全。不要让蹒跚学步的孩子处于无人看护的情况下，并且要小心多刺或有毒的植物、蛇和其他昆虫。如果想要更安全，可带一位助手协同工作。

7.4　研究肢体语言、姿势和移动

尝试拍摄更有趣的儿童照片时，应养成整体观察拍摄对象并且着重观察儿童的习惯。

图7-17所示的照片就是摄影师进行大量人物观察后拍摄的。早上太阳从附近的山上升起时，海上会升起薄雾。此时非常安静平和，在沙滩和海岸的衬托下，一些可以看到的人实际上只能显示为轮廓。观察各种简单的元素（如鸟、足迹、狗和人）也很有趣。退潮后海滩会上留下很多平滑的表面。摄影师最初将潮线看成是乐谱，而人、鸟和狗就像在谱写一曲生命的乐章。由于摄影师是在远处用远摄镜头拍摄的，所以人们的姿势都很自然，并且通常都很有趣，有时显得很严肃。对这些场景进行数月的观察后，摄影师拍

关于此照片：*这组海滩场景表现了海滩上的人在不知道被拍摄的情况下，会展示出多么自然的动作和优美的姿势。1/125s，f/16，ISO 100。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

摄儿童肖像的视角变了。这些经验鼓励她让对象更自然，而自己进行的控制更少，从而让拍摄对象展现纯粹自然的并且独特的姿势。在居住地或下次旅行中，可在周围进行相同的练习。这种静静的观察可以提高您的审美水平，并且能拍摄出更为自然和富有灵感的肖像照片。

引　用

“让儿童用自己的方式高兴去吧，还有什么方法比这个更好吗？”——Samuel Johnson

当然，虽然海滩对于您或其他观察人们的摄影师而言是个理想的场所，但是城市中的金融中心、运动场，当地的公园、购物中心，甚至是农产品市场也都是很好的地点。如果拍摄儿童，可以观察他们自然的动作和姿势，这样可为您提供很出色的洞察力和灵感。如图7–18所示，其中的小男孩在船边的沙滩上玩耍，或者如图7–19所示，其中的小女孩在退潮后正在挖沙。她在水中的倒影以及用手划出的线条最终实现了完美的构图。熟悉人们自然的姿势可能就是拍摄人物看似静止的照片与能够真正体现实际姿势照片的差别。

注　意

在某个地点拍摄时，始终建议您在开始拍摄前，先获得该地所有者的允许。

7–18

关于此照片：船的外形会将欣赏者的视线吸引到男孩身上，他正安静地在船的阴影中玩着他的卡车。他的姿势很自然，是个典型的正在单独玩耍的小男孩。1/1500s，f/5.6，ISO 200。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

关于此照片：看着儿童自娱自乐是多么让人惬意的事情啊。1/200s，f/5.6，ISO 200。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

图7-20中的儿童并不知道有人在拍摄他。如果摄影师要求他们摆好姿势或者试着看起来更自然，那么就无法拍摄到在这张照片中所看到的轻松姿势。小男孩在绕着他的姐姐跑，而他的姐姐正在看着浪花。

关于此照片：在海滩玩耍的姐弟展示了他们的顽皮与可爱。倒影让照片更具艺术气息。1/250s，f/5.6，ISO 200。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

7.5 使用照片讲述一段故事

在儿童照片中展现各种亲密的场景始终都会赢得孩子父母的心。肖像照片是展示不加掩饰的拥抱、亲吻或与其他人、宠物或玩具相关动作的最佳时机。如果儿童的表情很自然，那么使用较暖和有吸引力的环境以及添加柔和的照明，就可拍摄出远远强于快照的照片来。

引 用

"给儿童一点爱就会有很大的回报"——John Ruskin

作为一个练习，下次在公园或拥挤的购物

中心时可以观察人们，特别是观察儿童与父母的关系。如果仔细观察并且投入一定的感情，就可看到妈妈和孩子或爸爸和孩子间很明显但是很微妙的情感交流。有时这只是一瞥、一次轻拍、握着手或安静地交谈。在下次进行拍摄前先休息几分钟，观察儿童是如何与他的父母进行交流的，想想如何使用他的肢体语言并与儿童进行交互，从而为照片添加活力和自然感。

拍摄与父母或祖父母在一起的儿童时，可以营造一些会促进情感交流的情况。此时可能需要一些哄骗的方法，如“OK，现在可以拥抱一下了”或者“你们能靠得更近一些吗？”。可以建议让父母看着儿童，或者让儿童看着父母。眼睛看着窗户外面或者看着大海可给人一种归属感，而妈妈看着婴儿时的眼神则传递着一种亲密感。

父亲或祖父与孩子一同走在小路上，即使看不到他们的脸，也能讲述有关他们间关系的故事，如图7-21所示。不要低估此类照片的影响力。

让儿童与喜欢的东西或喜欢的人在一起或者玩，这是让儿童分心并且感到愉快的方法，这样就可比较轻松地拍出好照片。拍摄一个儿童或多个儿童时可参考下面的一些场景：

- 两个姐妹在躺椅上安静地阅读；
- 正在弹钢琴的儿童；
- 蹒跚学步的孩子与他的玩具羊；
- 儿童和他的狗或猫；
- 正在玩打扮游戏的儿童；

关于此照片：这张怀旧并且叙述一段往事的照片展现了祖父与小孙子间温情的一刻。单一的暖色调让您的注意力集中在拍摄对象上。1/250s，f/6.3，ISO 200。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com

- 一同采花的姐妹；
- 一同钓鱼的爸爸和孩子；
- 正在看自己倒影的儿童；
- 向水中扔石头的儿童。

有时，通过拍摄儿童的特性或者画面中只包括他的一部分，也可以讲述有关儿童的动人故事。例如，可尝试拍摄下列场景：

- 已经穿破的婴儿或蹒跚学步的孩子的鞋；

- 放有孩子喜欢的玩具或毛绒动物的小椅子；
- 在遮盖物下露出一点婴儿的脚；
- 放在父母手中的婴儿的手；
- 拽着妈妈上衣或爸爸裤子的、蹒跚学步的孩子的背影；
- 风中摇摆的夏天儿童衣服或挂在门上的衣服。

此时需要寻找的是一种感觉、意境、表情。所有这些元素都可让您的照片更好，拍摄出更能让人吃惊的、生气勃勃、美丽的肖像照片。

第 8 章介绍了拍摄儿童成长过程中每个发展阶段时所面临的特定挑战和收获。

7.6 儿童摄影方面的心理学知识

除非您是那种能让儿童会立即并且无条件喜欢您的人，否则可能就需要使用一些方法让孩子喜欢您。孩子看到摄影师时，会看到一个陌生人并且携带着奇怪的黑色物品（相机），这确实会让孩子感到恐惧。但是很多儿童，特别是4岁或5岁的孩子，在意识到您是给他拍照时，都会在脸上准备好大方的微笑。

大多数摄影师都喜欢在没有各种花招、诡计或玩具的情况下进行拍摄，但是即使没有这些东西，心理学知识始终也是有用的。尝试将您心中最亲密的孩子与眼前的儿童联系起来。如果孩子的父母在拍摄前告诉孩子们要怎么做或者如何做，并告诫他们不要露出鬼脸等，这样等于告诉孩子拍照可能是件苦差事，这时摄影师要向他们发出拍摄很愉快，甚至是很有趣，并且时间也不长的信号。告诉他们您不需要，或者说甚至不想让他们像在学校拍照时那样笑。如果他们比较大（2岁以上），可以立即用相机拍摄他们，看看是否能让他们感兴趣。

在您的指导下，可让儿童玩玩相机，甚至是让他们拍摄一两张照片，这样他们会对允许玩成人的“玩具”感到非常吃惊。他们会希望拍摄更多的照片，这样就可以用这个作为奖励来完成您的拍摄过程。

您能像鸟那样鸣叫或像猪那样哼哼吗？像唐老鸭那样说话肯定会在儿童摄影中有一定的好处。很傻的声音有助于让拍摄对象的注意力放到您这里，并且通常会得到非常有趣和傻傻的表情。对于不愉快的或者让人感到灰心的儿童（特别是那些3岁以下的），有时需要使用玩具或一些花招才能让他们分心或高兴。即使正在哭泣的儿童有时也可用简单玩具将他逗乐。儿童摄影师通常也是玩具行家！如果想在拍摄过程中拍摄一些儿童照片，可带上下列物品：会叫的玩具鸭、会叫的玩具狗、玩具猪、口琴、哨子、可发出嘀哒声的玩具、响板、气球或吹泡泡的东西。我最喜欢摄影师Ginny Felch使用的一个叫做Obie的玩具，图7-22展示了这种橡胶玩具。挤压这个玩具时，它的耳朵、眼睛、鼻子和嘴就会突出来。

“没有失去童心的男人才是最伟大的男人。”——孟子，中国哲学家

关于此照片：*Daisy演示了Obie的玩法。挤压这个玩具时，它的耳朵、眼睛、鼻子和嘴会突出来，这会让儿童很高兴。1/200s，f/5.0，ISO 640。©Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

拿出玩具的最佳时间是完成一次拍摄任务后（当然您还没有完成拍摄工作），另一个最佳时间是感觉孩子出现了消极情绪、性急或皱眉头等情况时。

为了能让儿童全神贯注，可问问他们下面的问题：

- 最喜欢什么口味的冰淇淋？
- 喜欢比萨饼吗？
- 做过什么举止不当的事吗？
- 你的姐姐有男朋友吗？

这些问题可能会调动他的情绪并将他的注意力从相机上转移开。

儿童是受到约束力最少的人。充分利用生命中这个无忧无虑的阶段，去拍摄他们的神奇和纯洁吧。不要让拍摄的照片显得过于复杂。忘记道具和其他无关的相机器材，花些时间了解拍摄对象。与他们交谈并找出他们喜欢什么。让他们看看您的器材并说明您下面要做什么。一旦他们与您熟悉并知道您确实对他们感兴趣时，就会很容易拍摄到他们最真实的表情。

引　用

“在肖像照片中，我在寻找某个人无言的声明。”——Henri Cartier Bresson

作 业

讲述一段故事

拍摄一张其中带有儿童的照片，其中可以有兄弟姐妹或者父母，也可以没有，但是照片要讲述一段故事。如果有必要，可以使用道具，但是小心不要让拍摄对象过于忸怩作态或者过于做作。这是一个挑战，可以让拍摄对象摆些姿势，但是需要让观赏者看起来这个姿势很自然。练习已经学到的和儿童交流的方法，让拍摄对象感到很舒服并情绪高涨。这应该在照片中可以反映出来。

我用这张小女孩照片完成了这次作业，其中小女孩正在向摄影师展示她有几岁。这展示了4岁儿童的理解力，这个年龄的儿童很喜欢告诉人们他多大了。该照片只在手指上对焦，让儿童的脸部完全失焦，将重点放在如何展示她的年龄上，同时仍让您可以看到背景中的对象。ISO 100，f/4.5，1/250s。

完成这次课外作业后不要忘记访问http://bbs.fengniao.com/forum/forum_205.html，在此可与他人分享您的最佳照片，并查看其他读者是如何完成该作业的。还可以发表评论并阅读评论、鼓励建议和反馈。

©Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com

8

第 8 章
拍摄不同年龄阶段的儿童

- 新生儿
- 婴儿
- 蹒跚学步的孩子
- 学龄前儿童
- 学龄儿童
- 青少年儿童
- 家庭合影

© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

虽然按照儿童不同的年龄和阶段介绍儿童摄影很有帮助，但是记住下面一点很关键：每个儿童都是独特的个体。拍摄不同年龄和阶段的儿童时，直觉是最好的指导老师。观察儿童的举止可让您了解如何与儿童进行交流，从而在照片中拍摄到他更为真实的个性。

如果您是孩子的父母，可能想记录孩子的成长过程，为他的出生和孩童时期留下自己美好的回忆。通过拍摄这些照片，实际上就是在展示孩子的成长故事。有多少次孩子们会问您“我小时候长什么样？”。在摄影工作室内拍摄的照片或学校年鉴上展示的摆姿照片无法讲述成长过程中完整的故事。能够做到这一点的应该是在下面这些时候拍摄的照片：儿童大笑或像婴儿一样熟睡、第一次滑下山坡、在跑道上跑步、像十几岁的青少年一样安静地阅读，或者是很多能够记录儿童成长历程并且可讲述真实故事的照片。本章会指导您如何拍摄儿童成长中的每个发展阶段，以及拍摄每个阶段时所要面对的挑战以及可能的收获，遵循这些方面的提示可帮助您顺利地完成拍摄工作。本章介绍的想法只是作为一种指导方针，而不是必须遵守的规则。您自己的儿童摄影经验才是最佳的指导老师。

8.1 新生儿

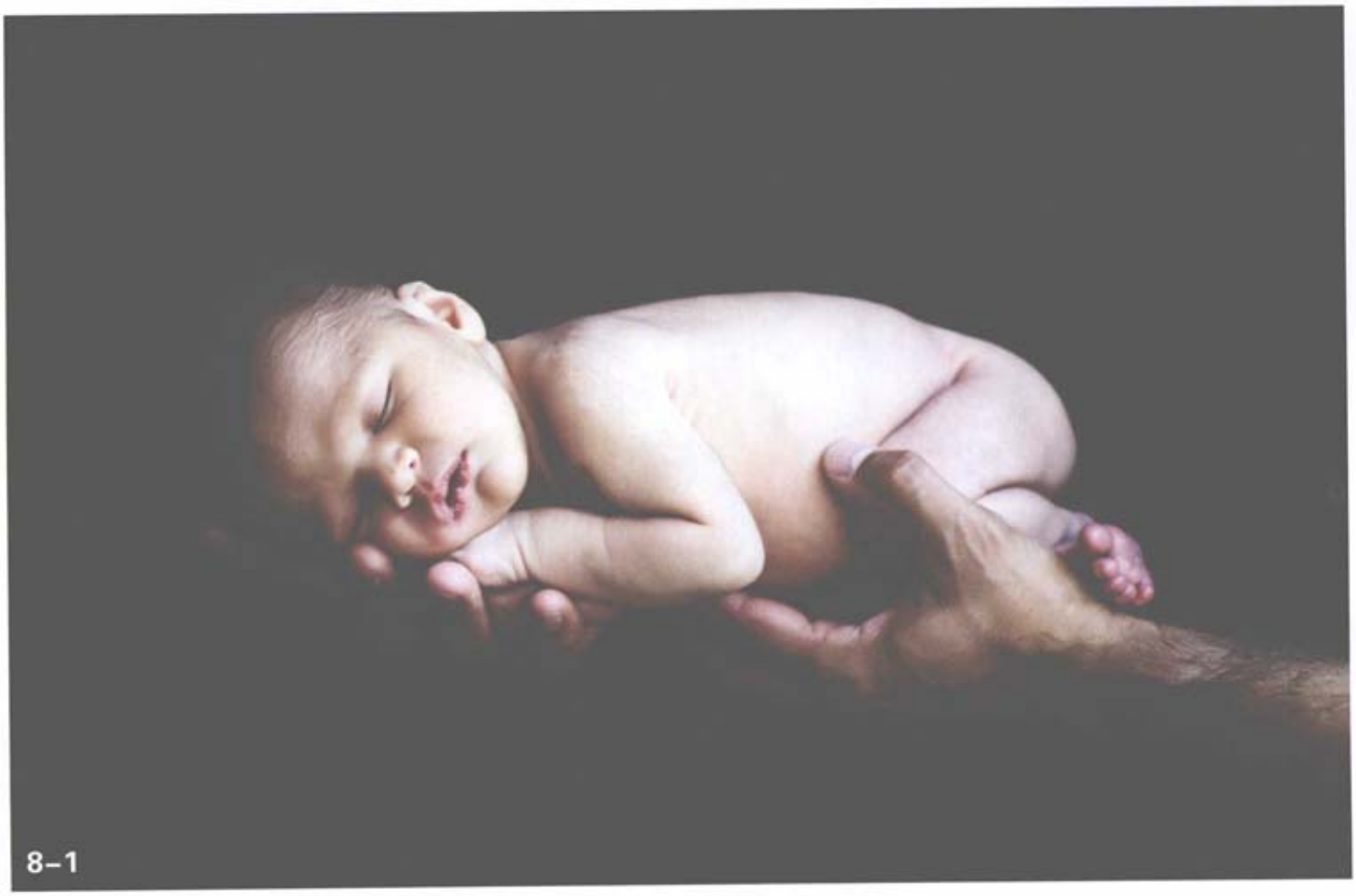
给新生儿拍照并非是件轻而易举的事情，这需要大量的耐心，但这样做很值，其中的原因有很多。有谁能否认新生儿这一奇迹呢？在孩子们的生命中，几乎每个小时都在发生令人目瞪口呆的变化。父母们看着孩子每一个令人着迷的动作和表情，并弄清孩子的哪个部位长得像他们，孩子这个成长阶段对于父母来说是非常美好的。为了能够拍摄到新生儿的特征（皱皱的皮肤，毛茸茸的耳朵等），在新生儿出生两周内拍摄最合适。在这个阶段中，新生儿的柔韧性非常好，能够盘成胎儿时期的姿势，例如可以很容易地将他们放在父亲的双手上，如图8-1所示。在很多情况下，年龄很小的儿童其皮肤还没有长出儿童粉刺，所以皮肤更为干净，因此拍摄后的照片润饰工作并不多。

为了在拍摄新生儿时获得最佳的效果，让房间的温度比成人感觉舒适的温度高一些。这样即使拍摄裸体的婴儿，这个温度也会让婴儿感到很舒适。

8.1.1 挑战

新生儿似乎天生对房间中的紧张感有一种预知能力。如果妈妈对拍摄感到有压力并且很紧张，那么通常婴儿也会对此有所感觉并且会变得非常烦躁。让妈妈镇静下来就会让婴儿平息下来，所以需要花些时间让妈妈对拍摄过程感到宽心，让她知道她可随时停止拍摄、让婴儿更舒适或给他喂奶。拍摄新生儿时几乎总会出现迅速拍摄几张，然后就不得不开始等待的情况。婴儿可能只打盹了半秒钟，而您抓住这个机会并拍摄了几张照片，然后婴儿可能睁开眼并开始哭叫。您可能会惊讶地发现，照片中很多看似非常宁静的婴儿在拍摄前的很短时间内还处于一种歇斯底里的状态。找到合适的对象并拍摄几张婴儿哭泣的照片，如图8-2所示。他们的变化可能非常快，即使他们的哭泣听起来不同也是如此。

8



8–1

关于此照片：熟睡的婴儿就像胎儿一样盘着并放在爸爸的手中。只有拍摄刚出生的婴儿才能得到这种照片。1/200s，f/2.2，ISO 320。© Lisa Russo

注　意

由于新生儿的皮肤通常有些发红或发黄，所以将图像转换为黑白色后效果可能会更好，这会让照片有一种永恒感。

不要将婴儿放在任何不耐洗的地方进行拍摄。背景、家具、父母和摄影师都可能并且会被婴儿弄湿或者被婴儿小便时溅到，所以要分别做好应对计划。可能手中要准备好实色（通常白色的就很好）的毯子来包裹婴儿并让婴儿躺下。

很小的新生儿还不能用眼凝视一个地方，所以很容易得到眼睛斜视的照片。如果遇到这种问题，可以将婴儿的头转到其他方向，或者再等一会儿，看看是否能发现更好的表情。

关于此照片：新生儿的柔韧性非常好。只要在妈妈的手上他就会感到很舒服，不要担心只拍摄了几张婴儿哭泣的照片。31/125s，f/11，ISO 200。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

8.1.2 收获

新生儿柔软的面颊、皱皱的皮肤和紧握的拳头都是不容错过的拍摄内容。拍摄此时的婴儿非常有意思，很多摄影师专门拍摄新生儿。新生儿不会说个不停或者跑开，他们的身体非常柔软，可以让他们盘起来并让他们熟睡，此时您可拍个不停。花些时间让婴儿睡着。让妈妈在前往拍摄地点前给婴儿喂奶，这样到达拍摄地点后婴儿已经饱了并且随时都可能小睡。用毯子舒适地裹好婴儿，让他的胳膊和腿都紧靠身体（也称为包在襁褓中），这样可以保证让婴儿睡着。慢慢地摇动襁褓中的婴儿，直到他睡着为止（这通常需要大约15分钟时间，所以一定要有耐心）。婴儿最终睡着后，就可随意移动他，将道具、毯子，甚至是婴儿放到合适的地方，如图8–3所示。总之，没有什么比看着熟睡的婴儿能够更让人开心的。

引 用

“在新生儿出生第一天时与父母的简单庇护关系中，可以再次看到双方不可思议的亲密关系，以及两个人互相依存时那种奇妙感觉。”——Anne Morrow Lindbergh。

8

8-3

关于此照片：这幅惊人的新生儿肖像照片展示了婴儿睡在与众不同的古老椅子上的姿势和形态。1/60s，f/5.6，ISO 640。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

新生儿通常看起来非常柔软，所以可将婴儿的父母用作“道具”，让新生儿躺在他们的臂弯中或者让婴儿靠在父母的肩膀上，如图8-4所示。这对于不会因拍摄而感到很激动的产后妈妈来说效果最好。孩子的妈妈可以是照片的一部分，但不应是主要的焦点。在这种照片中让孩子的爸爸出现也非常好，因为爸爸抱着孩子时，通常也是妈妈所关注的场面。

8.2　婴儿

孩子出生后的第1年是生命中的另一个里程碑。随着婴儿逐渐长大，可以识别周围的人们并对人们的动作进行响应后，他们的表情和姿势也更多了，这样儿童摄影师就有更多的机会去拍摄他们。用自己的舌头发出声音或者在他们的脸颊上亲吻都可让婴儿做出可爱的表情。此时肯定可以让他们露出笑容，因为他们已经发现这种笑容会让周围的人很高兴。

引　用

“婴儿是上帝的主张，我们应该服从。”——Carl Sandburg

关于此照片：拍摄很柔软的新生儿时，让他靠在父母的肩膀上是一个很好的解决方法。1/400s，f/4，ISO 400。© Lisa Russo/www.lisarussophotography.com

8.2.1 3~6个月大的婴儿

在3~6个月大的婴儿可以行走前，可以拍摄他们坐在椅子中、躺在草地上，或者扶着桌子或墙的情景。此时孩子的妈妈、保姆和其他兄弟都可作为助手来协助拍摄工作，只需要小心看护并且确保婴儿始终安全就可以。熟悉相机及其设置很重要，这样才能将时间完全用在婴儿以及拍摄他的表情上，而不是匆忙地摆弄相机。

3~4个月大的婴儿通常可以支撑起他们的头了，在他们借助腹部支撑起头部时可得到迷人的照片。在婴儿的高度上进行拍摄是最佳的角度，如图8-5所示。

关于此照片：*摄影师在婴儿腹部的高度上拍摄了这张可爱的婴儿抬头照片。1/100s，f/5.0，ISO 100。© Robin Johnson/www.robinjohnsonphotography.com*

8-5

8.2.2　6~12个月大的婴儿

6~12个月大的婴儿通常可坐起来，但是还不能爬行，这对拍摄而言是非常理想的。婴儿通常会从一侧滚到另一侧，就好像要爬行一样，这样就有大量的机会去拍摄他们丰满的身体。可将他们放在桌子、椅子，甚至是最喜欢的盘子上，对经典的婴儿肖像应用一些有创意方法，如图8-6所示。他们会模仿您做出的脸部表情并且注意力能够集中在玩具上。记住，此阶段的婴儿会将任何东西都放入嘴中，所以对婴儿可以拿到什么东西要务必小心。

8-6

关于此照片：这个可爱的像小佛爷的婴儿实际上正在摆弄衣服上的扣子。美丽的窗户光线完美地突出了他身上的所有突起和凹陷部分。1/125s，f/3.2，ISO 320。© Lisa Russo/www.lisarussophotography.com

很多9、10个月大的婴儿开始爬行，甚至可以扶着椅子站起来了。确保拍摄时婴儿使用的任何椅子或道具都很稳定，不会倒在婴儿身上。如果婴儿站立时很不稳，可让妈妈或助手紧靠相机的视野外缘站立，防止任何可能出现的意外事件。大多数婴儿在1岁时就会开始行走，这通常也是父母拍摄婴儿肖像照片的一个重要时间段。婴儿行走时为了获得平衡会举起胳膊，因此这是拍摄婴儿试探世界的步伐的最佳时刻，如图8-7所示。

引　用

“如果孩子能保持他天生的好奇感，就需要至少有一个可分享这些惊奇的成人陪伴他，与他一同重新发现我们居住的这个世界的欢乐、刺激和神秘。”——Rachel Carson。

8.3　蹒跚学步的孩子

可通过孩子的活动来确定他是否处于蹒跚学步的阶段。蹒跚学步的孩子通常对玩具和其他人的话语以及表情有很强的反应。这些小家伙需要这样一种环境：即可以安全地随意移动和进行探索的环境。从最初笨拙地缓慢行走开始，他们的行走技能通常进步飞快。

孩子在蹒跚学步阶段中的特点是他的成长很快，变化很多，同时情绪的变化也很快，并且还有一些否定性。他们只按自己的意愿行事，但是又缺乏很多技能，这也是他们经常感到失败并且行为失控的原因。有些成年人将蹒跚学步的孩子称为恐怖的两面人。

拍摄蹒跚学步的孩子时，确定助手或父母处于拍摄现场是一种有利条件还是不利条件。

图8-8中的父母对于拍摄工作而言就是一种有利条件。这张照片非常漂亮，因为妈妈抱着孩子并与他亲密接触时根本没有意识到摄影师的存在。心情放松的父母通常会为放松的孩子营造一种氛围，如果父母感到紧张，那么孩子也会如此。如果父母对孩子的指导过多，可以和善地建议父母走到拍摄画面外一段时间，看看只有孩子自己时的表现是否更好。

8-7

***关于此照片**：伸出胳膊以平衡身体，这种新发现的自由是1岁大婴儿开始行走的标志。1/750s，f/3.5，ISO 250。© Lisa Russo/www.lisarussophotography.com*

像躲猫猫和飞吻这种动作很可能会得到孩子非常迷人的反应。吹口哨、摇呤铛和会发声音的玩具都会让孩子通过表情做出反应。有些摄影师喜欢用学狗叫和猫叫让孩子做出反应。模仿猪鼻子或像唐老鸭那样说话可能效果更好。蹒跚学步的孩子很易于分心，所以一定要准备好很多娱乐品和娱乐方法。

让孩子靠着树坐下来（如图8–9所示），或者将孩子放在窗台上（如图8–10所示），这样可更好地进行构图并且可提供“安全地点”，这种地点可以只比地面高一点点，让孩子犹豫是否要跳下来和跑掉，因此可以有几秒钟的时间进行拍摄。其他好的地点包括长椅和桌子。一定要确保孩子的旁边有成人陪伴，但是成人要在相机的拍摄画面范围外，这样孩子决定要跳下来时可以抓住他。

8–8

关于此照片：*这张妈妈和她蹒跚学步的儿子照片，是一张使用出色并且柔和的窗户光线所拍摄的肖像，是在他们间出现亲情反应的一瞬间拍到的。1/60s，f/4，ISO 800。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

关于此照片：蹒跚学步的孩子穿着汗衫并蹲在树下，这是一张美丽的快照。1/125s，f/5.6，ISO 320。© Patrisha McLean

关于此照片：石头窗户、花边衣服和散乱的裙角都为这张近似单色的图像增添了质感，并且拍摄到这个孩子自然且复杂的表情。1/60s，f/5.6，ISO 160。© ImagesbyDeidre

拍摄蹒跚学步的孩子时，给他们一些东西并让他们喜欢这些东西。图8-11、图8-12和图8-13中的肖像展示了拍摄蹒跚学步的孩子时所用的不同策略。像使用架子、椅子和其他家具等道具的效果就很好，如果蹒跚学步的孩子愿意并且能够坐在上面的话。如果不愿意，可以给他们一些花或蜡笔，或者其他可让他们忙个不停的东西，这样可让他们的注意力保持几分钟。当然，如果您是孩子的父母并且在家中拍摄儿童，那么这些物品在家中应该都会有，此时所需的就是拍摄孩子！

8

8–11

8.4　学龄前儿童

每位儿童摄影师都有其自己最喜欢拍摄的儿童年龄阶段。对很多人而言，学龄前儿童是世界上最美丽的拍摄对象。学龄前儿童很健谈、反应迅速、无约束、顽皮、缺乏一些常识、爱说话并且通常很迷人。

引　用

"3 岁大的儿童在荡秋千时获得乐趣和发现一条绿色小虫子时获得的乐趣几乎一样多。"——Bill Vaughan

关于此照片：*这是另一张近似单色的高调肖像，小孩刚从花园回来，窗户的光线柔和地照亮了可爱的小男孩。1/125s，f/5.6，ISO 400。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com。*

8–12

关于此照片：*摄影师用有创意的方法拍摄这张照片，其中展示了孩子忙个不停的手以及很长的睫毛！儿童安静地投入到某种活动后是拍摄非摆姿照片的最佳时刻。1/250s，f/1.8，ISO 200。© Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com*

8-13

关于此照片：蹒跚学步的孩子还没有太多的自我意识，他们的手和脚看起来都非常漂亮，从而得到了最自然的姿势。1/125s，f/5.6，ISO 320。© Patrisha McLean

8-14

关于此照片：在这张窗户光线下拍摄的儿童肖像照片中，孩子睁大的眼睛给人以坦诚和深邃的感觉。她圆圆的脸颊和可爱的脚暗示出她还很小。1/60s，f/4，ISO 160。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

很多学龄前儿童都很容易信任他人、很迷人，并且与之打交道很有乐趣。3岁到4岁半的儿童会显得很突出，因为从很多方面看他们仍是婴孩，此时他们通常还会有丰满的小脸颊，如图8-14所示，并且还会自然天真地摆动他们的脚和脚趾。

通过与3岁孩子的交谈，可以让他们在原地不动达几分钟。此时可以轻轻地问“嘘！你听到什么了吗？你听到鸟叫了吗？能听到卡车经过的声音吗？”此时孩子的表情看起来是很好奇、投入、全神贯注和喜悦的。

引 用

“妈妈能够理解孩子没有说话的意思。”——Susan Sarandon。

动物、贝壳、花朵、宠物和小的玩具卡车都是很出色的道具，并且能让孩子做出更为自然的动作，如图8–15和图8–16所示。但是通常无需担心这些年龄段的孩子所做出的夸张姿势，因为他对此还没有太多的自我意识。

拍摄比较安静的活动（如阅读、深思或与宠物偎依在一起）也会得到非常出色的照片。

8–15

关于此照片：重叠的脚趾、看着一边的眼睛以及体贴地抱着的小熊都在告诉我们有关这个漂亮小姑娘的故事。协调的颜色确实为照片增色不少。1/60s，f/5.6，ISO 160。© ImagesbyDeidre

8–16

关于此照片：如果幸运的话，一条小狗当然可以将儿童的注意力从拍摄工作中转移开。他的表情和姿势表达了他与小狗间的友情。1/160s，f/6.3，ISO 200。© Heather Jacks

8.5 学龄儿童

随着儿童不断长大并且要开始上学了，社会对他们的影响会越来越显著，因此也会变得更有自我意识。对于5~6岁的孩子而言，无需任何鼓励，有些东西就可以随时让孩子们摆出您所需要的姿势。此时更需要的是您能够倾听他们的诉说并且了解他们，这样才能加入到他们的交谈或活动中，并在不知不觉中转移他们的注意力。

孩子们可能习惯了在拍摄时“说茄子”这个诀窍，并且认为在所有场合下大笑都是合作的表现（可能被某些学校摄影师和好心的父母训练出来了）。这时您面对的挑战就是转移他们对此的注意力，如图8-17所示。为此可有多种方法。抓拍一张孩子大笑的照片并让他们看看，然后告诉他们不必这么大笑，只要微笑就可以，并让他们这么做，然后拍摄照片并再让他们看，得到拍摄对象的帮助可让工作更轻松。

这个阶段的儿童再大一点后，他们会有自己的兴趣和爱好，通过与他们诚挚地交谈就可找出这些方面。

拍摄英俊孩子时的大多数困难来自于孩子父母的存在。父母都希望让他们的孩子看起来最英俊漂亮，这是做父母的一种天性，此时会要求孩子不要做鬼脸、要坐直等。这些做法所增加的紧张感是很明显的。缓和这种紧张感的方法是让父母提前知道您希望拍摄什么；您不希望拍摄孩子处处都很完美的画面，并且拍摄中是您在作主。

在相对较短的时间内，这个岁数的孩子会对整个过程感到厌烦，无论您让拍摄多么有趣都会如此。要充分利用这些宝贵的时间并尽可能迅速地工作。根据儿童的年龄，最好的拍摄时间可以有10分钟，最长可到45分钟。将这个时间作为一个警戒线，特别是您受雇于人来拍摄儿童时。

关于此照片：照片中从上向下拍摄了这个小女孩满足并且沉思的眼睛，让人感觉她像一位公主。简单的背景可让观赏者的视线直接落在她的眼睛上。1/400s，f/2.8，ISO 250。© Melanie Sikma/www.melaniesphotos.com

8.6 青少年儿童

青春期孩子也称为青少年儿童，他们最好的一面是有礼貌并且很投入，而最差的一面是阴郁并且很冷淡。任何哄骗方法很少能在他们身上

8

生效，所以最好使用更为直接的方法。很多青少年儿童都希望让自己看起来很酷，因此您有必要指出对他而言什么会显得很酷。当然，他们的父母可能对此有不同的意见，但是应该由摄影师做出最终决定。

在某些方面，必须邀请青少年儿童参与到拍摄过程中来，无论是用微妙的方法还是用直接的方法。让他们参与摄影的讨论是很好的方法，这样他们会感到获得了应有的尊重，并觉得他们对情况也有选择权。

一些漂亮并且意义深远的照片都来自于很从容的摄影过程，因为您已经赢得了青春期孩子的信任。看看图8–18中的女孩和图8–19中男孩的眼睛和严肃的面部表情。

关于此照片：*在海滩拍摄的这张让人印象深刻的青春期女孩照片展示了人物沉思的一刻。身上暗色的毛巾将人们的注意力吸引到女孩身上，并且将她与大海背景分开。1/80s，f/2.8，ISO 250。© Scarlett 摄影*

关于此照片：这是一张迷人的青春期孩子特写照片，会让您有一种要深入看看他的眼睛的冲动。1/250s，f/2.8，ISO 100。© Matthew Reoch

总有一天，这些孩子会再次看到这些照片，并且可能会记起他们在那个时代的感觉，也可能回忆起他们在拍摄该照片时想什么，这就意味着您拍摄的照片是非常有意义的。这些照片描绘了当时的儿童；他们仍是儿童，但是已经长大了，眼睛中闪现着智慧的光芒。

摄影师到达拍摄地点时这对年轻的青春期姐妹仍在家中乱转，看看新妆容的效果，整理头发，并且兴奋地扔衣服。摄影师看到这些后，感到很灰心，因为她希望在她到达后一切准备工作已就绪。

于是摄影师决定重新唤起对她们的信心，直接进入拍摄的准备阶段，然后开始激动人心的拍摄。这种有些戏剧性并且非常好玩的情况让这一天充满欢乐，并且到了拍摄她们（如图8-20所示）时，摄影师已经赢得了这对姐妹的信任和尊敬。

所有人都希望获得尊敬和认同。儿童年龄很小时，可能用诡计和其他方法还能成功拍摄，

8

关于此照片：这张迷人的青春期姐妹照片非常醒目，但是非常柔和，就像其中的女孩一样。1/125s，f/4，ISO 400。© Ginny Felch/ www.silverliningimages.com

再次了解您的孩子

有时拍摄别人的孩子比拍摄自己的孩子要轻松，实际上几乎总是如此。其中的原因是您在让自己的孩子对拍摄更合作时，很容易被自己的孩子搞得很灰心。用甜言蜜语哄骗别人的孩子会按照您的要求去做，而面对自己的孩子时却希望可以迅速完成拍摄！尝试后退一步，装成您是第一次了解您的孩子，最终的结果可能是拍摄了永恒的照片。

但是从根本上讲，还需要同拍摄对象建立友好的关系，这样才能拍摄出自然并且出色的照片。

通常我们会在对青少年儿童来说有纪念意义的时候进行拍摄，如毕业、第一次跳舞、通过仪式等，如图8–21所示。衣服的选择、设置和照明让这张照片成为一张永恒的肖像作品。

如果拍摄两位或多位青少年儿童在一起的照片，那么不同人拍摄的照片中可能表现出的意境有很大差别（更生动还是更有趣的），如图8–22和图8–23所示。青春期可能是儿童一生中一个很尴尬的时间段，如果他们始终不笑也没有什么关系。甚至可以让照片中根本不出现他们的脸，但是仍可表现出他们的年轻与活力，如图8–22所示。

引　用

“姐妹关系是童年中永远不会丢失的一段记忆。”——Marion C. Garretty。

8–21

关于此照片：*Zach六年级毕业了，所以显得成熟了一些，他穿着新衣服靠在海滩上的一个窗户旁。明亮干净的背景和L形的窗户突出了他的英俊。1/125s，f/5.6，ISO 200。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

8–22

关于此照片：*这是一个随意拍摄到的，但是又很有趣的肖像照片，其中的青少年兄弟姐妹们站在亚利桑那州艺术中心台阶上。活泼的孩子以及忧郁的小狗并排在一起很有趣。1/125s，f/2.8，ISO 200。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

8

关于此照片：两个随意并且互相抱着的姐弟坐在白色的门廊上，看起来非常亲密，这是无法通过强迫方式让这个年龄的孩子们表现出来的。1/125s，f/5.6，ISO 320。© Patrisha McLean

8.6.1　十几岁的男孩

拍摄十几岁的男孩可能很让人苦恼。他们通常有两种状态：微笑的和粗暴的，这两种状态之间没有任何过渡。最初，他们通常是被父母要求去拍照的，所以您的任务就是让他感觉到的痛苦尽可能少。像下面这样做很有帮助：先拍摄几张（即使他不在拍摄状态也可以拍摄），然后说几句鼓励意义评论“这张很好，看起来不错”，这会让他轻松下来。如果他在一开始就能感觉到成功，那么就会很快放松下来。他会很快露出笑容，而您就可以得到自然的表情了，如图8–24所示。随时准备好相机并问问他的女朋友是谁！

8.6.2　十几岁的女孩

虽然十几岁的男孩不愿意拍照，但是大多数十几岁的女孩都喜欢拍照，她们希望成为下一

8-24

关于此照片：这张照片具有很强的当代感并且生动细致地描绘了拍摄对象，其中出色地使用了很强的窗户光线，照片的表现有力、直接并且自然。1/80s，f/1.6，ISO 200。© Scarlett摄影

位超级模特。她们喜欢更换服装，尝试不同的姿势，并且为了拍照，愿意做您所说的任何事情。拍摄过程中可向她们展示一些刚刚拍摄的照片，说明哪些不错，而哪些不好。对她好看的方面和做得出色的地方加以称赞可让她信心倍增并且活力四射，如图8-25所示。

8.7 家庭合影

拍摄儿童与父母和兄弟姐妹的关系时，要记住在照片中可以讲述一个故事的机会时刻都有。这个故事可以是人与人之间的关系，也可以是与环境或活动之间的关系。

8.7.1 父母和孩子

拍摄一个家庭时，可用些时间拍摄家庭成员之间的关系：即兄弟姐妹、父亲/儿子、母亲/女儿等。这会有很大的收获，因为如果您很敏锐并且能够调动情绪，那么通常会让他们流露出特殊的亲密关系和柔情。

有时在您说些话后就会让最初的尴尬完全消失，如“OK，孩子们，我想看到你们认真地依偎在一起！”。隔阂消失后，就能看到一些真正的关系展现出来，就好像它们在等待您的允许一样。这时您的心跳应该加快，并且能够拍摄到让数代人都视为珍宝的杰作。

引 用

“家庭成员的脸是一个魔镜。看看我们爱的人，我们会看到过去、现在和未来。”——Gail Lumet Buckley。

8

8–25

关于此照片：这是一张十几岁女孩的头部照片。您可能永远都不知道她只有13岁！1/200s，f/2.8，ISO 400。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

随着人们的生活变得更为紧张并且压力更大，以及世界上各种让人沮丧、脆弱但是意义深远的新闻，可以说图8–26所示的照片能让人振奋。

关于此照片：*Sarah和Virginia在一个温暖的夏日傍晚沐浴在Nantucket海湾的日落中。衣服上淡淡的粉色和天空中的颜色混合在一起。照片中使用的构图方法营造了一种地方感。1/45s，f/8，ISO 100。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

说到情感联系，不要将孩子的爸爸排除在外。例如在图8-27中，摄影师在他的工作室内播放着一些宁静的音乐，同时妈妈正跟着在2岁的孩子后面跑，而爸爸则坐在窗户旁并抱着他们新出生的孩子。他们分享着这个特殊时刻的幸福感觉。孩子的父亲并不怕流露出他的感情，而这是永恒的一瞬间。

如果想调动人们的情绪，那么您自己必须也参与到人们的交流中去，并从您的眼睛，通过您的心反映出来，然后通过镜头拍摄这种反映。

交叉参考

有关在拍摄后如何修饰照片的提示，请参阅第10章。

拍摄十几岁的孩子与他们的父亲时，可以肯定的是不会出现太多相互依偎的场面。也许会出现搂着肩膀或扶着肩膀的情况，但是相互依偎？不可能。那么如何才能拍摄年龄较大的孩子与父亲的出色照片呢？拍摄男孩（以及他们的父亲）时，提出好的拍摄建议总是很难的。在图8-28中，摄影师告诉这些孩子为他们的“CD封面”摆好姿势，他们理所当然地摆出了这个姿势。

可以在近距离用很严谨的构图拍摄母亲和女儿，如图8-29所示，此时的表情说明了一切。

关于此照片：*孩子小睡的时候是拍摄人物间情感的好时机，如这张父亲和他儿子的照片中就充分展示了安宁和温馨（Grain在后期处理中降低了对比度并且营造了一种更为宁静的感觉）。1/125s，f/4，ISO 500。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

关于此照片：*这是父亲与儿子们很有现代感并且很生动的肖像照。相互依偎是不可能的，但是仍可感觉到他们之间的关系。1/100s，f/2.8，ISO 100。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

关于此照片：小女孩和妈妈之间的爱与联系非常明显。靠近拍摄并将焦点放在他们之间的关系上。1/125s，f/2.8，ISO 200。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

8.7.2 兄弟姐妹

如果拍摄儿童时希望能在照片中捕捉到他们的活力，那么拍摄兄弟姐妹最好不过了，因为他们会展现出非凡的活力，好像他们的个性会在对方身上反映出来。见证并拍摄这些场景会非常有趣。

不论好坏，兄弟姐妹间的关系都很重要并且是很真实的。如果他们感到紧张，通常也会表现出来。如果拍摄时能提供一些有趣的、让他们相互之间可产生竞争的东西或肯定的赞扬，甚至是通过肢体语言展示相互的关系，那么照片的效果肯定不错。

通常，仔细观察就可立即发现人们之间的某些关系。这种关系可能不会在交谈中展示出来，而是以肢体语言的形式展示出来，如图8-30所示。一定要注意观察。

关于此照片：小女孩的表情和肢体语言明显地表达出她对大哥哥的崇拜。你认为他知道妹妹有多爱他吗？1/250s，f/2.8，ISO 100。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

8

开始拍摄前不要有太多的想法或是一些老套的东西，例如男孩看起来应该就是男孩，女孩看起来就应该是女孩。要准备好拍摄过程中出现的各种可能性。如果可得到让自己吃惊并且吸引欣赏者眼球的作品，那么就不要错过这种拍摄机会。

孩子们相互交流或处于某些环境中时，拍摄兄弟姐妹很容易得到一个可叙述某种故事的照片。但是要尝试让他们从事相同的事情，这样就会看似很一致。换句话说，可以让他们看着您（如图8–31所示）、互相对视，或者看着其他的事物（如图8–32所示），但是要尝试让他们看着相同的方向。

8–31

关于此照片：在他们的眼睛中有一种恶作剧的感觉！这对兄弟站在长椅子上，摄影师将镜头对准他们身体的中间，这样他们就可以直视着镜头。1/250s，f/2.8，ISO 100。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

通过兄弟姐妹照片可以讲述他们的秘密、探索他们的天性（如图8–33所示），在一同玩耍时的亲密（如图8–34所示）、分享有宠物的乐趣等。一定要准备好拍摄可能突然出现的任何时刻，要对任何情况都做好计划，有些计划可能会非常适合拍摄某些照片。大笑的人或吃惊的表情都可以告诉我们有关兄弟姐妹的很多情况，并且可拍摄出难忘的照片。不要觉得您必须指导拍摄的一切，让孩子们自己发现他们的一些事情吧。

8–32

关于此照片：图中具有大量的纹理，包括衣服上的圆点和周围的植物，并且这张小姐妹照片的构图非常出色。较暗的树和码头突出了两个女孩。1/200s，f/3.5，ISO 50。© Marianne Drenthe/www.marmaladephotography.com

关于此照片：这组迷人的兄妹照片表现了他们个性和关系的很多方面。斑驳的花园光线和经典的服饰最终让摄影师得到了出色的肖像照片。1/125s，f/5.6，ISO 320。© Patrisha McLean

关于此照片：这几个姐妹边走边谈穿过了草地。她们的肢体语言和拍摄时的角度都讲述了有关她们间关系的故事。1/50s，f/6.3，ISO 200。© Lisa Russo/www.lisarussophotography.com

拍摄兄弟姐妹时可以讲述的故事是无穷的，唯一的限制就是您的想象力！

8.7.3　全家福

拍摄家庭照可能与拍摄每个家庭成员一样复杂和独特，这需要一些耐心和心理学知识，但是如果尝试从中找出乐趣，那么成功的几率就很高。

根据家庭成员的多少，可能很难找到非常适合拍摄他们的地点，并且有时必须用一些传统的方法进行拍摄，例如让他们坐着或站着并对着相机微笑。此时的挑战在于如何用有创意的方法拍摄家庭照。

如果正好认识这家人或者拍摄肖像照片前已经和他们相处一段时间了，那么无疑具有了一定的优势。如果他们对某些活动非常感兴趣，如钓鱼、郊游、在海滩上散步等，那么可以据此做出相应的拍摄计划。另外，还可以了解一些他们的个性、关系等。

在拍摄过程中，拍摄不同类型的照片是个好主意，这样拍摄对象就有一些选择的余地。如果计划用直接的方式拍摄他们（面对着您并微笑等），可能还要鼓励他们进行一些相互交流。

目前，大多数家庭最喜欢的家庭肖像不是那种从视觉上表现家庭成员在一起的照片了，他们希望家庭肖像能够讲述他们之间的相互关系。图8–35是父母和两个女儿的肖像，摄影师让他们沿着浪潮线散步，并要求他们排成一排，这样就可以让他们都清晰对焦，然后告诉他们在相互交流时尝试忘记摄影师的存在。

交叉参考　有关如何在照片中使用引导线（如浪潮线）的更多内容，请参阅第 5 章。

这个家庭开始散步后，摄影师就在海滩上并使用远摄镜头跟随他们拍摄。得到的照片中有一种无忧无虑以及正在优雅跳舞的感觉。她们可不是难看的青春期前的女孩，但是如果她们是，这样拍摄的效果仍会非常好。

现代家庭不太喜欢拍摄看起来很严肃或摆姿势的照片，而是喜欢更为自然和抓拍的照片。图8–36中的妈妈和3个十几岁的孩子就是这样要

关于此照片：背景与衣服间和谐的色彩将他们联系在一起，并且弯曲的海岸线会将人们的视线引导至远方。1/125s，f/8，ISO 400。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

关于此照片：由于狗的存在，让这张非常随意并且很让人激动的家庭肖像的意境更好了。1/30s，f/8，ISO 800。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

求的。他们的交流以及尝试让狗坐着不动都很有趣并且都显得很快乐，所以很容易就拍到这张自然的，充满轻松氛围的照片。

引　用

“称之为部落、称之为人际网、称之为部族、称之为家庭。无论叫什么，无论是谁，我们都需要它。”——Jane Howard。

如果您习惯于拍摄摆好姿势的家庭照，那么此类摄影要求您必须能打破传统。但是，如果学会了如何处理这些情况并加入到有趣并且活力十足的家庭中，就可拍摄出成功的照片。

随着越来越多的摄影师从事儿童摄影，各种有创意的想法不断出现，例如在不可能的地方（如田野或图8-37中的海滩）使用沙发或床。您能想象在这种环境中人们还会太严肃吗？

8-37

关于此照片：*在海滩的4柱床上拍摄的家庭肖像展示了人们的想象力和喜悦心情。床架让构图更出色了。1/200s，f/4.5，ISO 500。© Tina Wilson*

与工作室环境相比，在室外和在他们的家中进行拍摄很适合非正式的家庭照。找到新的拍摄场所时，还可以用更有创意的方法进行拍摄。拍摄成员很多的大家庭时，室外位置还提供了更多的腾挪空间，如图8–38所示。

引 用

“家庭是大自然的杰作之一。” ——George Santayana，*The Life of Reason*。

8–38

***关于此照片：**这张活力十足的家庭肖像拍摄了他们喜爱娱乐及其活跃的天性。在他们家附近的公园拍摄可为他们提供奔跑和跳跃的空间。1/800s，f/2.8，ISO 100。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com*

作　业

家庭和兄弟姐妹

拍摄家庭照片或兄弟姐妹在一起的照片。如何组织他们来讲述一段故事？是抓拍还是拍摄摆姿势的照片？可以利用已经学到的一些知识，例如构图和照明，这样可以得到更出色的图像。但是如果需要做出一些折中，可以在光线和构图方面做出一些牺牲。此时的重要之处在于要用某种方法将拍摄对象统一起来，从而可以突出展示他们间的关系。

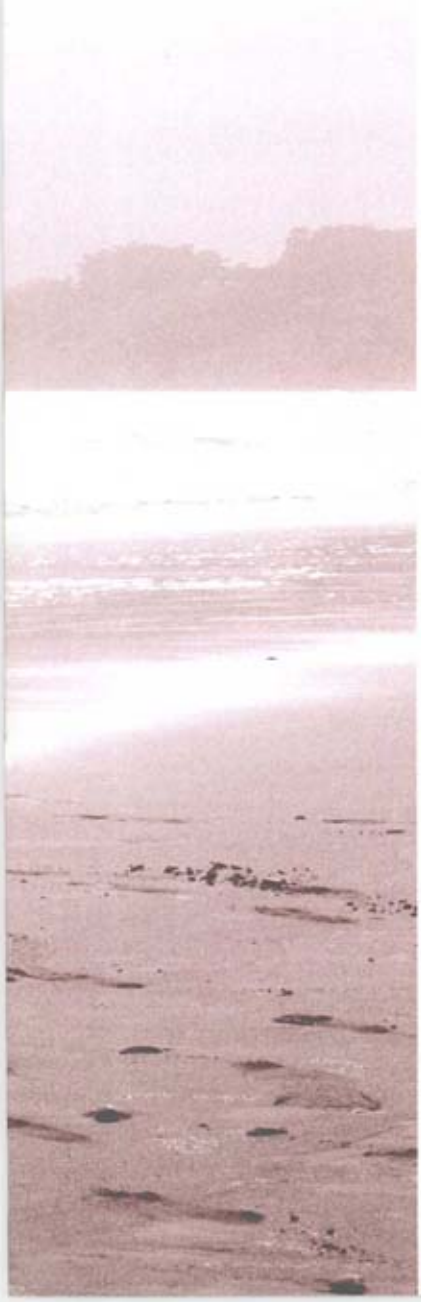
在这张家庭照片中，我的目标是捕捉一种感觉，而不只是他们看起来很相似的外表。该照片是在快要日落时拍摄的，充分利用了可爱光线（在第3章中介绍过）。我让他们多次跑过太阳光形成的光带后拍摄了这张照片，并在照片中捕捉到一种很好的感觉。他们跑了两次后都笑了，并且开始互相看着，好像在说“这位摄影师是不是很疯狂？”。ISO 100，f/2.8，1/125s。

© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

完成这次课外作业后不要忘记访问http://bbs.fengniao.com/forum/forum_205.html，在此可与他人分享您的最佳照片，并查看其他读者是如何完成该作业的。还可以发表评论并阅读评论、鼓励建议和反馈。

9

第9章
儿童摄影师的摄影器材



- 考虑升级相机
- 使用可更换的镜头
- 相机包内应有的器材

© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

虽然我在本书中强调了器材和各种相机技术在儿童摄影中是次要的，但是这些知识在您购买昂贵器材时是很有帮助的。可用的器材很多，要从哪里开始？选择什么器材和首选什么器材完全取决于个人，不同的摄影师其选择都会不同，应根据自己的需要、摄影经验、摄影水平、预算以及喜欢哪个品牌来做出决定。

如果您刚刚进入摄影行业，那么很幸运您没有使用早期的数码摄影技术。使用这些技术的相机不仅售价非常昂贵，并且与现在的技术相比，学习使用它也非常困难。

9.1 考虑升级相机

当今的市场上，每天都有各种的产品更新、升级，以及新推出的产品。哪些器材能完全满足现在的拍摄需求，这一点变化也很快。如果您在市场上寻找新器材或者只是想了解市场的情况，可自己先进行一番调查。下面是在调查相机和后期制作工具方面可能有所帮助的几个网站：

www.imaging-resource.com/tips/choose/choose.htm

www.cnet.com

www.dpreview.com

www.photo.net/equipment/digital/choosing2/

www.tamron.com/lenses/fundamentals.asp

能够提前预测到以后真正需要什么可节省您的时间和成本。建议您最好从目前已拥有的器材开始。深入了解相机的各种功能和缺点，并且只有知道需要什么后才进行升级。随着数码摄影的出现，我们的相机变成了一种带有镜头的电脑，并且我们都知道不需要多长时间，有些相机就会过时。技术前进的步伐很快，所以在不知道自己需要什么的情况下不要冒进，否则可能会发现自己使用的是旧技术并且仍不知道如何使用该技术。大多数初学者都从简单的傻瓜相机开始学习并使用相机上的自动设置。如果需要使用可对设置进行更多控制的相机（如第2章所述），可问问自己下列问题：

- 是否有时间和动机去学习新的事物？
- 面对儿童摄影挑战时，使用什么会让您得心应手？

交叉参考 第 2 章介绍了一些高级的相机设置和摄影概念，如光圈、ISO 和景深。

- 是否需要可选择景深的相机，无论是通过肖像、风景等模式，还是通过光圈优先 /AV 模式？现有的相机提供这些模式吗？
- 需要多大尺寸的打印件？是否已经准备好购买可生成更高质量、更大图像文件的相机？这是由相机的像素数（以百万为单位）决定的。如果最终需要打印高质量的 8 × 10 英寸打印件，就需要购买至少 500 万像素的相机。如果拍摄的照片要用电子邮件发送出去或在 Web 上使用，则不需要担心相机的像素数。像素数是分辨率的衡量方法：像素数越大，分辨率越高，或者说生成的照片质量越高。

- 是否想在拍摄儿童时携带很重的器材？通常此时必须做出妥协。傻瓜相机比较轻，适合于随身携带并拍摄各种突发事件。
- 是否喜欢使用可更换的镜头？如果喜欢，就需要使用 SLR（单镜头反光）相机。是否被大量的功能所吓倒，或者是否可以简化它们的使用方法？您的预算能够承受各种镜头方面的投资吗？
- 可以承受的花费是多少？最贵的器材并非总是意味着最好。最适合您的相机应该是能够满足您的需求，并且不会有太多您并不使用的功能。

准备好购买相机器材并且缩小范围后，下面是要考虑的事项：

- 用手持机时，是否感觉很顺手？无需拿出手册就能找到一些基本设置吗？
- 查看各种器材评论，并从拍摄了您所喜欢的作品的摄影师那里获得一些建议。看看他们正在使用什么器材。可能会惊讶地发现他们的器材并没有您所想象的那么奢华！
- 如果升级相机器材，您的计算机是否也能处理这些升级后的器材所拍摄的内容？对于数码摄影，相机和镜头只是等式的一半。可能还需要升级计算机和软件，如第 10 章所述。

9.2　使用可更换的镜头

就摄影而言，什么也比不上镜头对图像质量的影响大。镜头是您最重要的投资。明智的选择是购买不太昂贵的相机，然后主要在可用的好镜头上进行投资。镜头的价格与其速度和品质具有直接的关系。目前制造商可以生产出品质和清晰度极高的镜头。

9.2.1　镜头速度

第2章中介绍了光圈的概念。光圈或者说镜头的打开程度只能到这个特定镜头的最大光圈。最大光圈非常大的镜头（如f/1.2、f/1.4、f/2.8）被认为是快速镜头，因为在最大光圈设置下，它可比最大光圈较小（如f/3.5、f/4.0或f/5.6）的镜头多进入2倍、3倍，甚至是4倍的光线。这些光圈较大的镜头与光圈较小的镜头相比，可让更多的光线进入相机，因此在数码传感器上记录图像所需的时间也要少，允许您在更快的快门速度下工作。本书中的很多照片都是用较快的镜头拍摄的。例如，如果您看看每张照片下的技术信息，就会看到很多照片都是用f/2.8的光圈拍摄的。

9.2.2　镜头焦距

表9-1介绍了不同的焦距。如果使用变焦镜头，那么该镜头的焦距范围可能包含这些焦距中的多个（如12-24mm或70-200mm）。单独列出这些焦距可让您更多地了解哪些焦距用于哪些摄影类型。

- **广角**。低于 50mm（例如 28mm、14mm，也称为鱼眼）。非常适合拍摄室内、风景、建筑物、一大群人，或者实现有创意的失真效果。
- **标准**。50mm。与人眼看到的内容类似，没有任何失真。

- **远摄**。大于 50mm（常用的肖像摄影镜头是 85mm、105mm 和更高）。这些镜头会让图像有一种空间压缩感，这对于肖像而言不太好；使用这种镜头还可以将远处的动作拉近拍摄。有些镜头可以同时是远摄和变焦镜头，例如 75-300mm。

9.2.3 定焦镜头

定焦镜头是焦距固定的镜头。这意味着这些镜头不会具有12-24mm或70-200mm的变焦范围，而是具有固定的焦距50mm、85mm等。使用定焦镜头时，您是实现变焦的人！初学者通常会忽视定焦镜头，其中有几个原因：

- 初学者通常使用他们在购买相机时随附提供的变焦镜头。
- 没有人会热心地告诉初学者定焦镜头有多么好并且价格合理。

那些信奉纯粹主义者的摄影师只使用定焦镜头的原因是，这种镜头在速度、品质和清晰度上都具有很大的优势。

图9-1中的照片就是用50mm定焦镜头拍摄的。

定焦镜头的另一个主要优势在于它比变焦镜头要便宜很多。可以利用网上商城或在本地相机商店购买新的或二手镜头，也可以在周末从本地相机商店租一个镜头，看看这种镜头是否适合您。

9.2.4 变焦镜头

变焦镜头是指在一个镜头中可提供多种焦距。这是目前人们最常用的镜头类型。如果看看变焦镜头，会注意到上面有两个代表焦距的数字（如18-70mm或35-135mm），这表示了镜头可以提供的最小和最大焦距。变焦镜头非常适合拍摄儿童，因为它允许您不断地更改焦距，但是无需更换实际的镜头。变焦镜头的唯一缺点是比较贵。

表9-1 镜头类型

常见的焦距	镜头类型	用法
12mm	广角	适合拍摄一大群人
14mm	广角	
18mm	广角	
24mm	广角	
35mm	广角	
50mm	标准镜头	与人眼看到的内容类似
85mm	远摄	
105mm	远摄	通常最适合肖像摄影
200mm	远摄	很适合让背景模糊，或者将动作拉近拍摄

9

9–1

关于此照片：该照片使用50mm定焦镜头拍摄。定焦镜头具有出色的速度、清晰度和品质。1/250s，f/2.8，ISO 100。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

图9–2和图9–3中的图像是用变焦镜头拍摄的，其中展示了无需更换镜头，就可使用广角和近距离拍摄功能捕捉图像的优势所在。

图9–4~图9–8这5张照片中展示的是我们在第7章中看到过的玩具Obie。拍摄这些照片时，摄影师站立的位置完全相同，只是使用了变焦镜头上的不同焦距。使用这些照片可作为拍摄效果的指导，看看不同的焦距可以实现的照片宽度和景深如何。

拍摄图9–4时使用的300mm镜头是远摄镜头，因此可在距离很远的地方放大物体。这些镜头可能非常昂贵，特别是比较快的镜头更是如此。300mm镜头很适合拍摄海滩上或正在进行体育运动的儿童，因为他们可能距离您比较远，而您又想在更近的距离上仔细拍摄他们。

图9–5中的照片是用75-300mm远摄镜头上的200mm焦距拍摄的。200mm焦距无法像300mm焦距那样将Obie拉得更近，但拍摄某些肖像时它是很好选择，即使在很远的距离上拍摄儿童照片也是如此。

关于此照片：该照片是将70-200mm变焦镜头设置在大约85mm处拍摄的。1/125s，f/2.8，ISO 100。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

图9-6中的照片是用28-135mm远摄镜头上的135mm焦距拍摄的。与广角镜头相比，这仍是很长的焦距，但是拍摄的区域较窄。我建议在拍摄对象距离您不太远时，使用该焦距拍摄肖像照片和出色的抓拍照片。

图9-7中的照片是用相同28-135mm变焦镜头上的50mm焦距拍摄的。如果拍摄家庭照或兄弟姐妹照，这种视角比较宽的焦距非常好，因为这允许您在更近的距离上拍摄并且去掉更多的背景。

图9-8中的照片是用28mm标准广角镜头拍摄的。这是用与前面相同的28-135mm镜头实现的。该焦距很适合拍摄群像，但并不适合拍摄近距离肖像照片，因为这会让图像失真，其中距离镜头较近的部分会看起来较大（如鼻子）。

提　示

如果无法决定要购买哪些新器材，可以先租赁一个。很多相机商店都提供几天或者周末的器材租赁业务，所以可实际体验一下您喜欢的器材。某些商店可能还将租赁费算作购买新器材价格的一部分。

如何确定镜头的最大光圈

看看镜头（有时在镜筒两端附近，有时在镜头前部元件上）上是否有以“1：”开始的数字（例如1：2.8）。这个数字表明了该镜头的最大光圈是f/2.8。有些镜头上可能有多个数字（例如1：3.5-5.6），在变焦镜头上会看到这种数字表示。有两个数字意味着将镜头焦距变大时最大光圈会变小，所以拍摄时如果镜头处于最小焦距，则最大光圈是f/3.5，但是变焦到最大焦距，让拍摄对象最近时，最大光圈是f/5.6。有些变焦镜头在您放大和缩小焦距时，光圈是保持不变的。

关于此照片：该照片使用与图9-2中相同的70-200mm变焦镜头拍摄，但这次镜头设置在大约200mm处。1/125s，f/2.8，ISO 100。© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

9.3　相机包内应有的器材

大多数专业摄影师会迅速地学会如何简化器材并使用可满足基本需要的器材，这样在每次拍摄期间就不用携带大量的器材了。携带过多的器材肯定会影响您的拍摄。

要尽量合并器材，这样可在一个相机包中携带所有器材。图9-9中所示的相机包是Ginny Felch的，看看正在工作的摄影师的相机包内有什么。

要想成为一名成功的摄影师，需要随时携带一些并非用于相机的器材。这些器材完全是可选的，并且取决于您想携带多少东西，以及与拍摄对象的交流程度。下面是Ginny相机包内的物品：

- 喷水瓶（为头发杂乱的人准备）；
- 小梳子和刷子（为头发杂乱的人准备）；
- 一小瓶发胶（为紧急情况下整理头发）；
- 安全别针和布基胶带（为紧急情况下整理衣服）；
- 模特声明（如果有机会将图像放到网上或发表它，请携带该声明）、笔、名片和自粘便签；
- 儿童玩具或儿童喜欢的物品，如小的毛绒动物玩具；
- 可发出很大声音的小物品，如哨子和响板（让不安静的拍摄对象转移注意力）；
- 镜头布。

相机包中还应该包括下列相机器材：

- 额外的存储卡，最好是 1~4GB；
- 最喜欢的镜头（Ginny 最喜欢的镜头是 28-135mm）。

还应该在相机包中包括一些可选的物品，或者在单独的包中放好并将该包置于汽车内。

- 备用相机（Ginny 使用佳能 20D 作为她佳能 5D 的备用相机）；
- 其他镜头（Ginny 使用 85mm 定焦镜头和 100-300mm 变焦镜头）；
- 两块充满电的额外电池。

每次离开家或工作室外出拍摄前都要反复检查相机包，确保已带上了这些额外的电池和存储卡。无论相机有多好，如果没有这两样东西，还是无法进行拍摄。

关于此照片：*图9-4使用300mm镜头拍摄，1/160s，f/5.6，ISO 400。图9-5使用75-300mm镜头并设置在200mm拍摄，1/200s，f/5.6，ISO 400。图9-6使用28-135mm镜头并设置在135mm拍摄，1/250s，f/5.6，ISO 400。图9-7也使用28-135mm镜头拍摄，但是设置在50mm，1/250s，f/5.6，ISO 400。图9-8使用28-135mm镜头拍摄，设置在28mm，1/400s，f/5.6，ISO 400。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

关于此照片：*该照片展示了Ginny始终在她的相机包内携带的器材和其他物品。1/30s，f/8，ISO 400。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

作 业

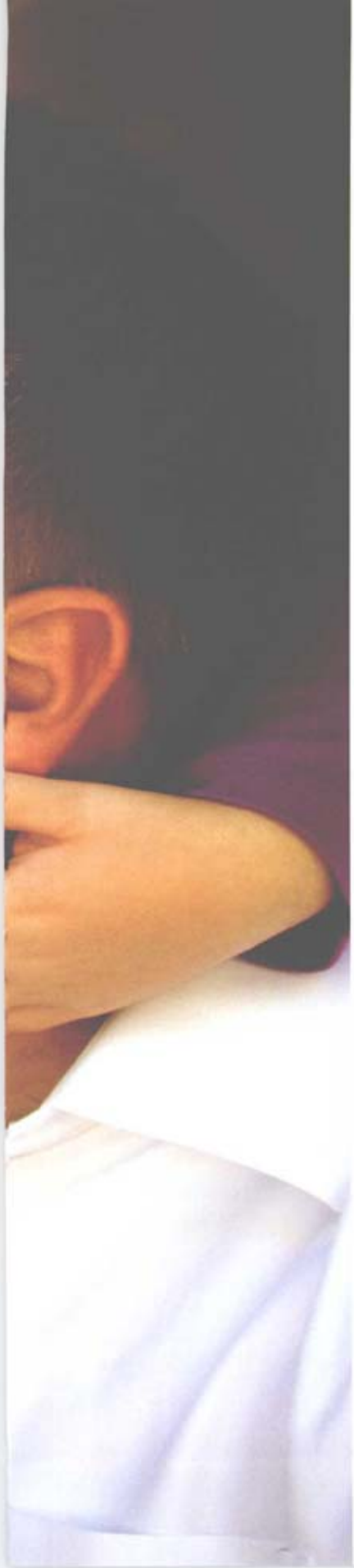
了解变焦镜头的极限

花些时间用变焦镜头拍摄一些参考照片。使用镜头最宽的焦距到最长的焦距拍摄相同的对象，并注意每幅照片有何变化。打印这些照片并留作以后参考，这样可帮助您形象地记住镜头的功能。

该图是用70–200mm镜头上的200mm焦距拍摄的。这样摄影师可以站在干燥的陆地上，并且仍能在拍摄对象的游泳课中，拍摄到他在泳池中间时的英姿。可以看到景深非常短（浅），只让泳镜清晰对焦可突出展示拍摄对象破水而出时的那种感觉。ISO 200，f/2.8，1/1000s。

© Allison Tyler Jones/www.atjphoto.com

完成这次课外作业后不要忘记访问http://bbs.fengniao.com/forum/forum_205.html，在此可与他人分享您的最佳照片，并查看其他读者是如何完成该作业的。还可以发表评论并阅读评论、鼓励建议和反馈。



10

第 10 章
后期处理和照片展示

- 建立自己的工作流程
- 图像编辑入门
- 图像编辑工作流程
- 基本修饰方法
- 为实现更好的效果而改变颜色
- 裁切提示
- 照片展示画廊

© Allison Tyler Jones/www.ajtphoto.com

用相机拍摄照片是得到最终图像的第一步。在胶片摄影时代，暗房是您为照片添加特效的下一步。但是现在，暗房已变成数码形式，并且可以实现的效果是过去无法比拟的。

本章鼓励您去试验并处理图像，这就像涂鸦一样，画得越多，就越能让您看出自己能够画出什么，也可让您找出自己喜欢的风格。

10.1 建立自己的工作流程

后期处理是指摄影师拍摄照片后所进行的所有工作，包括将图像从存储介质下载到计算机，在图像编辑程序中处理图像，直到打印最终的图像并将其挂到墙上。后期处理的步骤很多，并且每位摄影师都可能有其独特的工作方法，我们称之为工作流程。

一个出色并且一致的工作流程对于数码摄影师来说很重要。数字文件很容易被删除、损坏或者平白无故地丢失，所以建立一个易于使用的图像工作流程很关键，因为这可以：

- 一致地备份和归档图像；
- 组织管理图像，这样可以迅速地找到所需内容；
- 保留未修改的图像，这样不会在原稿上进行处理；
- 基本上不会出现丢失或删除图像的情况。

即使您只是一位“拍摄快照的人”，您的计算机上也可能已经保存大量图像了，能快速找到所需的图像吗？如果不能，那么就需要建立一个可满足自己需求的工作流程。下面是您在开始时可以遵从的一个基本工作流程。技能提高并且理解了工作流程的各个组成部分后，就可以针对自己具体的需求调整该流程。

1. **上传图像。**拍摄后尽快将图像从存储卡上传到计算机，这可避免因对该卡进行任何误格式化操作而丢失文件或覆盖卡上的内容。在计算机桌面上创建一个文件夹，并使用有意义的名称或编号系统（重要的是要保持编号一致）。

2. **选择“文件”⇨“另存为”。**打开“另存为”对话框。选择文件的保存位置并在“文件名”文本框中输入新的文件名，单击“确定”按钮。

3. **备份文件。**重命名图像后应备份该文件夹，方法是将其拖动到移动硬盘（建议使用移动硬盘，但这是可选的）上，或者将重命名后的图像刻录到光盘上，在光盘上标记“原件”并使用所需的命名/编号系统命名该内容。将光盘置于安全场所（防火的安全地点或银行的保管箱都是很好的选择）。

4. 在所选的图像编辑软件中根据需要润饰、裁切和修改图像。现在至少有一个原件（不在相机存储介质上的）的光盘备份了（最好有两个）。这张包括了原始图像的光盘就像胶片相机时代的负片，应该小心保管。对图像进行任何改动前都应该执行前面的所有步骤。现在可以对计算机桌面上文件夹中的图像进行任何处理了，因为这些图像的原件都是安全的并且未修改过的。

5. 备份编辑后的图像。修饰图像后，可将这些图像备份到移动硬盘或刻录到其他光盘上。这次可将该光盘标记为“最终稿”并加上原件的编号/命名系统。

6. 使用洗印室或打印机输出最终的图像。使用自己喜欢的洗印室或打印机（如果打印自己的图像）输出最终的作品。

从根本上讲，出色工作流程的关键在于一致性。如果每次都用相同的方式上传、保存和归档图像，无疑就能在需要时迅速找到所需的图像。

10.2　图像编辑入门

不久以前，选择图像编辑软件时，可能仅限于Photoshop，但是现在有很多入门级程序可用，并且有些是免费的！例如，Picasa for Windows（Google提供的），可免费下载。如果使用Mac电脑，那么iPhoto也是一个非常好用的图像管理程序。

通过图像编辑软件可以用下列方式管理照片：

- 重命名文件（例如将文件名从 IGM_0932_2.jpg 改为 grace_2007.jpg）；
- 组织照片并进行评级；
- 裁切；
- 加亮和变暗图像，增加或降低图像对比度；
- 颜色校正；
- 锐化或模糊；
- 添加滤镜；
- 旋转；
- 解决红眼问题；
- 将彩色图像转换为黑白图像，甚至是深褐色的照片。

如果要认真从事数码图像的编辑工作，那么不应在入门级程序上花费太多的时间，AdobePhotoshop是业界标准的图像编辑软件。如果您乐于接受挑战，可以花些宝贵的时间学习如何使用Photoshop。我们建议您找一本好的Photoshop入门书籍辅助学习。

Photoshop具有很多出色的高端特性，一旦熟练掌握了这些特性，就会发现这些特性很容易使用并且相当直观。

10.3 图像编辑工作流程

很多摄影师一般都使用Photoshop进行图像编辑，如果使用其他图像编辑软件，那么也可使用此处展示的基本知识。在图像编辑软件中设置一个一致的工作顺序，会使您的工作速度更快，并且可实现更为一致的效果。下列顺序是大家通常可接受的图像修改工作流程。此处的基本思想是按照逻辑顺序从大的改动到小的改动进行操作。

1. **进行色调调整。**最好将所有曝光调整（让图像变亮一些或变暗一些）作为第一步工作。这包括可影响图像总体亮度、暗度或对比度的色阶或曲线调整。

2. **进行颜色校正。**拍摄前就调整了白平衡意味着在这个编辑阶段的工作会较少。参见第4章，了解有关白平衡的细节。但是可能会拍摄出具有很强色偏的照片，如太蓝或太黄，这时就需要进行调整。完成色调校正后再进行颜色校正。

3. **根据需要进行修饰。**只有解决了曝光和颜色问题后，才应该开始对图像进行其他调整或改进。这意味着已经完成了会影响整个图像的调整，现在要处理图像的一些细节了。

4. **对图像进行任何改进。**这包括转换为黑白色，或者让图像看起来完全不同的其他步骤，如设置过于饱和的颜色或高反差处理。

5. **备份文件。**解决完图像问题并修饰图像后，备份已经处理过的文件，保存一个副本以便进行裁切或大小调整。

6. **裁切图像或调整图像大小。**在最终文件的一个副本上进行处理，将最终图像裁切为所需的大小。因为数字文件通常无法实现标准的8 × 10大小，并且我们习惯于查看5 × 7大小内容，所以需要调整图像大小，然后再将图像上传到网上的洗印室，确保裁切后的结果符合您的要求。如果不对图像进行大小调整/裁切，洗印室可能会完成该工作，并且最终的打印件可能与所想象的不同。

Photoshop是一个非常强大的工具，但是记住下面的内容很重要，即正确曝光的图像通常只需很少的后期处理。您的目标应该是在摄影的早期或拍摄阶段提高摄影技巧，而不是依靠图像编辑软件解决问题。

10.4　基本修饰方法

肖像摄影师通常使用修饰技巧去掉拍摄对象上的瑕疵和皱纹，或去掉背景中让人分心的内容。幸运的是，儿童脸上没有皱纹，所以儿童肖像中涉及的常用修饰就是去掉脸上的各种痕迹，如划伤、令人反感的鼻涕，或者是十几岁青少年脸上的雀斑。

下面是修饰儿童肖像时最常用的技巧：

- 去掉各种瑕疵，如脸上或身体上的划伤、丘疹或其他痕迹；
- 让牙齿变白；
- 修饰眼睛；
- 去掉背景中让人分心的内容。

10.4.1　使用图层

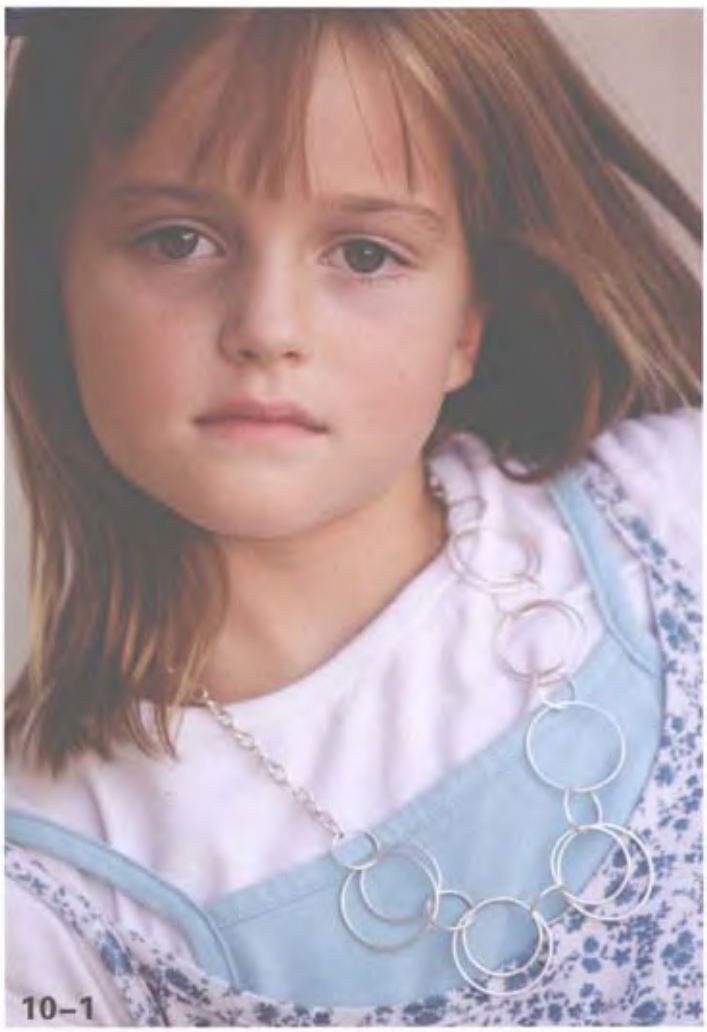
如果选择的图像编辑软件具有图层或类似的功能，那么您很幸运！Photoshop最好的特点是它允许您在图层中工作，而图层从本质上说就是图像的一个副本，允许对图层的内容进行操作。如果改错了，可以删除这个图层。如果修改得当，就可以保存图像和所做的修改。尝试下列任一修复方法前，可按Ctrl + J组合键创建图像的复制图层（这可保证不会修改原始图像），然后再尝试下列修复方法。如果对顶部图层的效果感到满意，可以拼合图像（合并多个图层），这样可以使图像文件比较小，而具有多个图层的文件会比较大。

10.4.2　去掉瑕疵并让皮肤更光滑

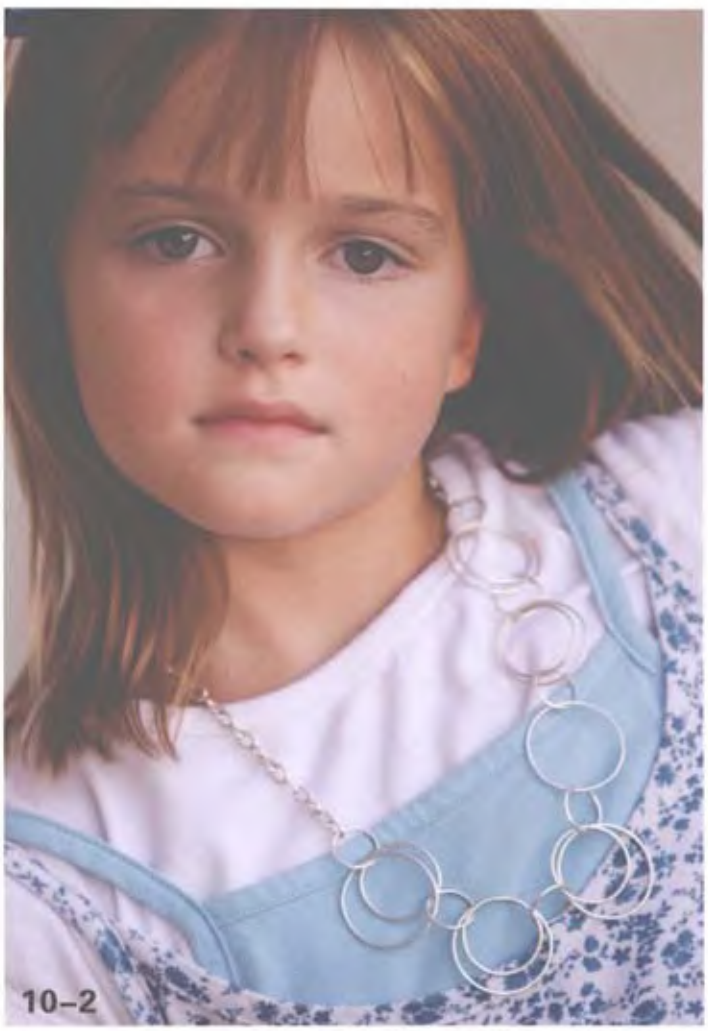
去掉微小瑕疵并让拍摄对象的皮肤更光滑的最佳方法是用“仿制图章”工具，并将“不透明度”设置为30%，这样就可让皮肤显得更光滑，而不会出现非常明显的变化。

“仿制图章”工具允许您复制图像的一部分，并将复制的部分内容应用到图像的其他地方。要覆盖或删除某些区域时，这个工具非常方便。

大多数儿童都具有非常美丽的皮肤，但是拍摄青春期的少年时，需要一些出色的技巧才能去掉偶尔出现的瑕疵。从要修复的皮肤区域旁边选择一块没有任何瑕疵的皮肤，然后在需要修复的区域中涂刷，这样就会让瑕疵缓慢消失。去除眼睛下的黑眼圈时这也是个好方法，如图10–1和图10–2所示。关键是进行所有润饰工作都要非常小心，因为我们不想让拍摄对象看起来像塑料娃娃。很少的图像编辑工作就可让图像效果有显著的提高。



关于此照片：注意女孩眼睛下面的黑眼圈。1/250s，f/2.8，ISO 200。© Allison Tyler Jones/www.ajtphoto.com



关于此照片：使用“仿制图章”工具并将“不透明度”设置为30%，然后从面颊上选择较淡的皮肤就可去除黑眼圈。1/250s，f/2.8，ISO 200。© Allison Tyler Jones/www.ajtphoto.com

10.4.3 修饰眼睛和牙齿

让眼睛中的眼白以及牙齿变白的快速方法是将“减淡”工具的“曝光度”设置为20%，并仔细地在牙齿和眼白部分中涂刷，直到实现满意的效果为止。将该工具设置为20%可以让牙齿和眼白部分变白，同时又不会让它们显得有些发光。还可以使用“减淡”工具在眼睛的虹膜中添加闪光，但是小心不要做得过头，否则会让儿童看起来像是外星人！在初学走路的孩子照片修改前（图10–3）和修改后（图10–4）的图像中，可以看到“仿制图章”工具和“减淡”工具的效果。使用上面讲述的“仿制图章”工具去掉了鼻子左下方的小黑点，然后让眼白部分变亮了，这让眼睛看起来更为生动。

关于此照片：*修改前的初学走路的孩子照片，尚未使用“减淡”工具让眼睛变亮，也没有使用“仿制图章”工具去掉脸上的瑕疵。1/250s，f/2.8，ISO 100。© Allison Tyler Jones/www.ajtphoto.com*

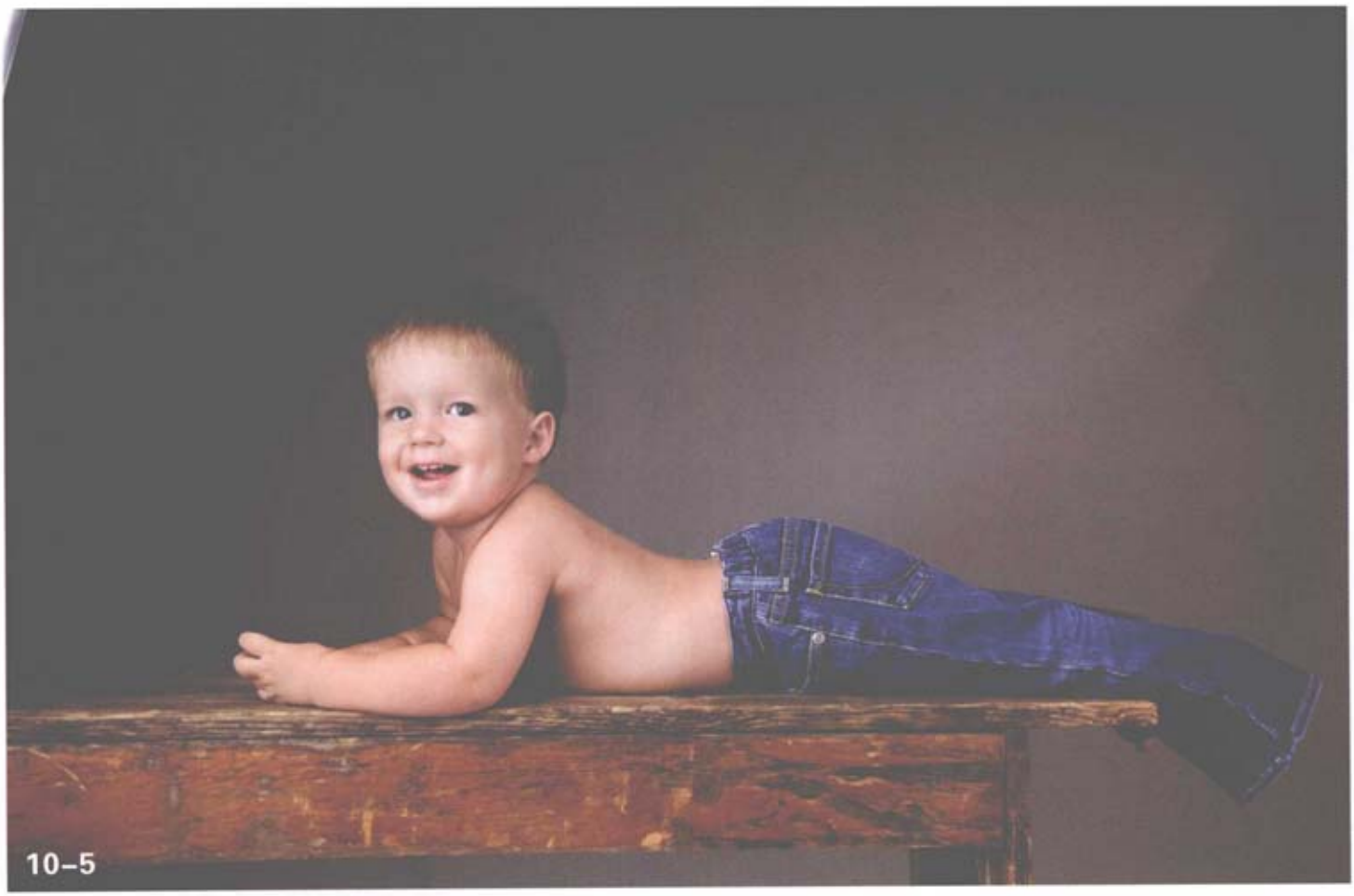
关于此照片：*使用“减淡”工具和30%曝光度让眼白部分和虹膜变亮后的效果。还使用“仿制图章”工具并将“不透明度”设置为30%，然后去掉了脸上的瑕疵。1/250s，f/2.8，ISO 100。© Allison Tyler Jones/www.ajtphoto.com*

10.4.4 用“仿制图章”工具去掉背景中让人分心的部分

有时无论如何努力，让人分心的部分还是会跑到照片的背景中。在这个例子中（如图10–5所示），让人分心的内容是工作室柔光箱的边缘出现背景的左上角中。只需再次使用“仿制图章”工具并将“不透明度”改为100%，然后将让人厌烦的分心部分去掉就可以了，如图10–6所示。

10.5 为实现更好的效果而改变颜色

在早期摄影中，人们用很多方式修改拍摄后的照片。主流的摄影师具有一定的艺术自由，可修改他们最初拍摄的照片，以增强或改进照片的效果或风格。数码摄影出现后，修改图像时可用的工具更多了，并且可能的修改也是无限的。



关于此照片：修改前的照片，在图像的左上角可以看到灯具。
1/250s，f/2.8，ISO 100。© Allison Tyler Jones/www.ajtphoto.com

关于此照片：使用“仿制图章”和100%“不透明度”，并利用周围的背景去掉了灯具。© Allison Tyler Jones/www.ajtphoto.com

10.5.1　黑白转换

将图像从彩色转换为黑白可能是最常用的艺术修改形式，即使最基本的图像编辑软件也可以很好地完成该任务。如果您是一位初学者，那么可以购买现成的Photoshop动作或插件，从而自动完成该任务，这样就可以快速轻松地操纵图像。

10.5.2　动作和插件

将图像转换为黑白后，使用插件和动作可以随意改变彩色图像（如图10–7所示）的色调，例如深褐色（如图10–8所示）、黑白（如图10–9所示）和棕色色调。您也可以制作自己的动作，但是如果您是位初学者，那么最轻松的方法是从Internet上下载现成的动作。在像www.atncentral.com这样的网站上有很多免费的动作可用，也可以从制造商处购买各种动作，如Nik Software和Kevin Kubota。

关于这些照片：这两位美丽的年轻姐妹的照片拍摄于阴天的海滩上，照片显得很柔和但色彩丰富（图10–7），1/250s，f/4，ISO 160。图10–8显示了相同的照片，只是在Photoshop中去掉了彩色并实现了深褐色效果。图10–9还是相同的照片，但是这次在Photoshop中处理后得到了黑白图像。1/250s，f/4，ISO 160。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

10.6 裁切提示

如果对自己的取景和构图技巧非常自信，可直接寻找美丽的场景并进行拍摄。否则建议您在按下快门前，进行构图时在图像四周留出一定的空间，这样可在日后重新裁切照片，特别是您计划用标准的照片尺寸（4×6、5×7等）打印照片时。

拍摄后如何裁切照片，这在很大程度上取决于原始照片的构图和图像的最终展示目的。拍摄完成后，用图像软件进行后期处理时可以对裁切进行缜密的思考。看看图10–10中的例子，从中可以清楚地看到裁切后的照片在冲击力上有了很大的差别。

交叉参考

如需了解详细的构图要点，请参阅第5章。如果想在相机后面花更多的时间，而在计算机前用更少的时间修复图像，请提高您的构图技巧。

拍摄完成后决定进行裁切时（如图10–11中的照片），应记住下列指导原则：

- 切勿裁掉人物的手或脚（如图 10–12 所示）。这种裁切错误通常称为“切断手术”。可以靠近头部进行裁切，或者进一步裁切手部以下的部分，如图 10–13 所示，或者是包括整个身体。
- 拍摄时要有创意，不要让拍摄对象处于照片的正中间。参阅第 5 章，了解普通构图的指导原则，如三分法。
- 在儿童的四周留下足够的生长空间，特别是在头部上面。营造这种空间感在视觉上让人很舒服。如果儿童正在移动，那么这个规则也适用，在他去往或来自

10–10

关于此照片：*裁切后的照片置于原始照片的上面。可以看到通过包括或去掉某些构图元素，这种裁切就可以改变图像所讲述的故事。1/250s，f/8，ISO 400。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com*

关于此照片：这是原先拍摄的Daisy全图。1/320s，f/4，ISO 1600。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

关于此照片：天哪，没有脚，这是什么照片！

提　示

Imaging Factory Perspective（www.theimagingfactory.com）是一个非常简单并且易用的工具，可将歪斜的地平线拉直。

关于此照片：*将图像裁切为原来长度的3/4时，需要保留手部，并在大腿的中间进行裁切，而不是在拍摄对象的关节处裁切，如膝盖、臀部等*

的方向上留出一定的空间，这也有助于让拍摄对象偏离画面的中间。

- 如果可以看到地平线，确保它是直的。如果在拍摄时没有做到这一点，那么在后期处理中有多种方法可以完成该工作。
- 如果在构图中无法去掉所有让人分心的背景，尝试在日后的裁切中仔细去掉这些部分。
- 如果拍摄时儿童没有看着相机，并拍摄到一个侧影，那么裁切时在它的视线方向上要留出更多的空间。这样在拍摄对象所看的方向上就会形成一定的空间感，如图 10–14 所示。

最喜欢的插件

您可能还没有准备好使用所列的某些产品，但是如果以后您的技能提高了，就可试试Ginny最喜欢的这些Photoshop插件。通过这些插件可用非常自然的方式修改图像。列表中不包括那些可能让事物明显失真的滤镜和工具。

Nik Color Filters。Nik Color Filters包括很多不同的艺术滤镜，其中有Classical Soft Focus，以及Brilliance and Warmth。结合使用这两个滤镜可改变人们对图像的感觉，它在让数码图像看起来更像胶片图像时的效果非常好。小心使用这些滤镜，应该可以看出它们的微妙之处。

Nik Sharpener Pro。该滤镜用于锐化图像。可以使用各种的锐化级别，并且使用起来非常简单。

Alien Skin Exposure。对于那些习惯使用胶片并且想实现某种胶片质量的人而言，这是一个出色并且非常有用的滤镜系统。使用该软件还可以查看各种色调下的图像（明亮或深褐色），以及实现颗粒感或让图像更柔和。可以使用彩色和黑白选项。屏幕上显示照片后，只需在选项中滚动就可随时看到修改后的效果。

Flaming Pear Melanch。希望让原件表现出其他意境时可使用该工具。

On the Edge Photographic Edges。Kitestrings Publishing出售这些让人吃惊的图像边缘处理工具集，它们简单易用并且很有艺术性。如需了解有关该软件的更多信息，请访问www.kitestringspublishing.com。

关于此照片：在小女孩所看的方向上留出一定的空间可给人以方向感。如果拍摄时未遵循这种构图规则，那么也可在日后通过裁切来完成。1/60s，f/4，ISO 160。© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

10.7　照片展示画廊

如果用数码相机拍摄照片，那么打印照片时就会有非常多的选择。不仅可对相同的图像进行裁切来获得不同的效果，可将颜色改为黑白并进行打印，还可以在很多网站上创建在线画廊，如www.snapfish.com和www.shutterfly.com。另外，很多这些网站还提供可购买的产品，这些产品上印着您的照片，可以将其作为礼物，如鼠标垫、贺卡、台历等。

10.7.1　故事板

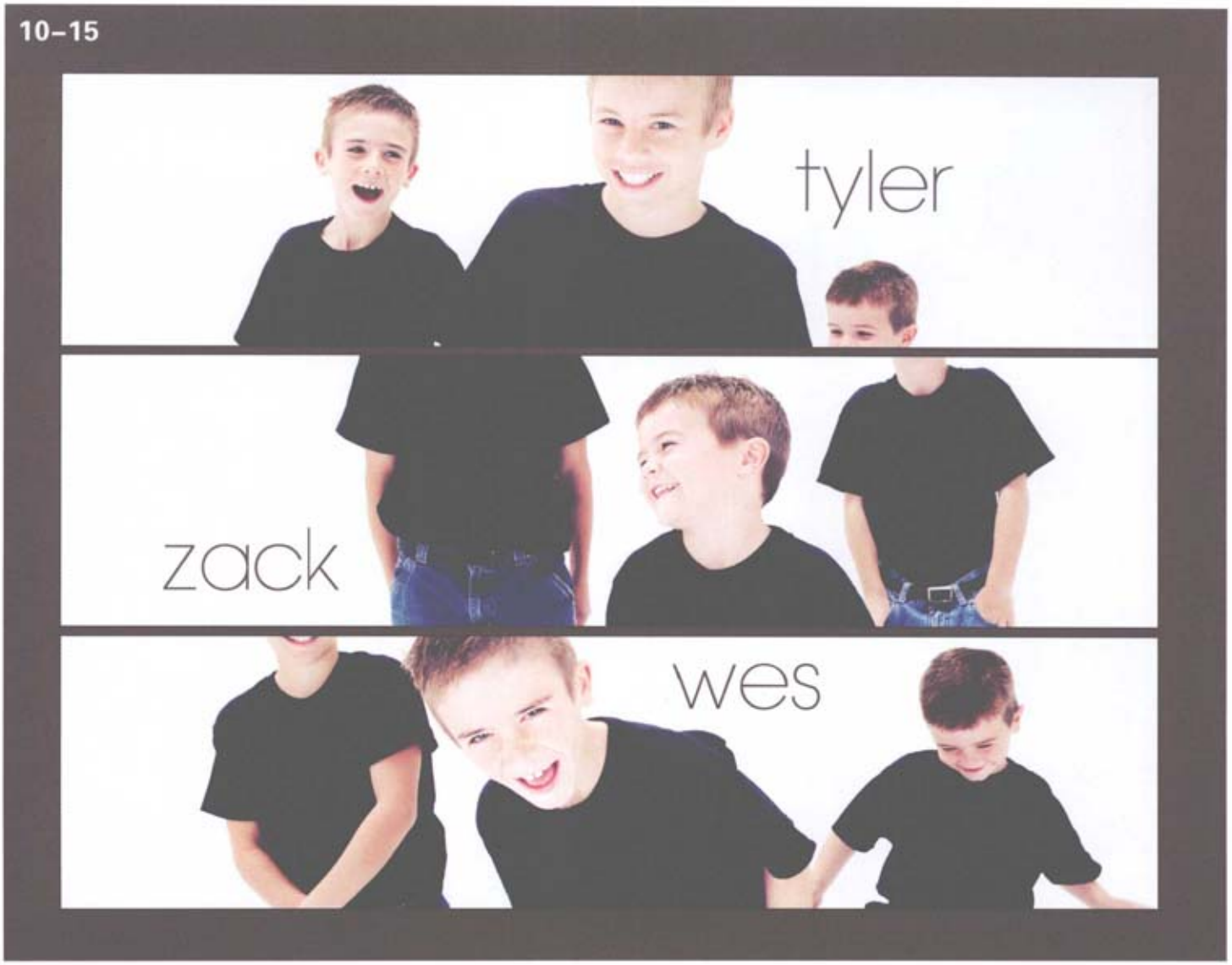
学会如何使用Photoshop（或其他所选的图像编辑程序）后，就了解了如何润饰、修改和裁切图像，然后可以创建自己的自定义故事板，并在其中添加您的作品。故事板需要使用多幅照片中的图像来讲述较长的故事，这是一幅图像所无法完成的。首先在Photoshop中新建文档，其大小是最终故事板所需的大小，然后打开要在该故事板项目中使用的多幅图像。使用移动工具将每幅图像拖放到原始的空白文档上，使用Ctrl + T组合键变换文档上的每幅图像，并根据需要调整大小。创建故事板很容易上瘾，并且可用多种方式使用它们。

例如，图10–15中的图像可以称为墙壁上贴的大幅面打印件、圣诞节贺卡的封面，或者您自己咖啡桌上的书籍的封面，本章后面会介绍该内容。

10.7.2　画廊用画布打印件

画廊用画布打印件是打印在艺术家用的重质画布上的图像，然后用画布框榫头的两侧将图像支撑起来。本地照片处理商店以及很多在线商城都提供这种服务，画廊用画布是一种大胆的当代艺术形式，使用甜蜜的婴儿脸部照片制作这种打印件时很有趣，如图10–16所示。如果计划打印非常大的图像，首先要在照片处理商店进行检查，确保使用的图像具有足够高的分辨率（大小），这样才能放大到所需的规格。

10–15



关于此照片：这个故事板使用巧妙的裁切和图案处理，突出展示了3兄弟的个性。1/250s，f/2.8，ISO 100。© Jeff Woods/www.jwportraitlife.com

10.7.3 制作自己的数码相册

无需太多资金就可拥有自己的咖啡桌书籍，其中印刷的都是您自己的图像，如图10–17所示。查看本地照片处理商店以及在线商城，了解您可自定义哪些布局模板、字体和语言的精装书价格。

数码图像的输出选择非常多并且都很有趣，很容易让人上瘾。挑选一些最喜欢的图像并从中寻找乐趣吧。

关于此照片：画廊用画布上的漂亮婴儿是永恒的一瞬间。该图像的实际尺寸是20×30英寸。© Allison Tyler Jones/www.ajtphoto.com

10–16

10–17

关于此照片：将照片上传到www.photoworks.com等网站即可自己制作咖啡桌书籍。照片和书籍 © Allison Tyler Jones/www.ajtphoto.com

作　业

裁切图像，实现更好的效果

拍摄照片时要记住本章讨论的裁切指导原则。找一幅喜欢的图像，通过有创意的方法进行裁切，让该图像的效果更好。用3~4种不同的方法裁切图像，并记下每种图像的效果是更好了还是更差了。

此处所选的图像有两个裁切技巧。照片中的小女孩与环境相比显得很渺小，在她走下台阶时，在她的前面留出额外的空间，这种裁切方式可展示出较大环境中小女孩的视角，在她的移动方向上可以看到一些前景台阶。如果用其他方式进行裁切，例如去掉台阶，那么小女孩看起来就像在飞一样。

© Ginny Felch/www.silverliningimages.com

完成这次课外作业后不要忘记访问http://bbs.fengniao.com/forum/forum_205.html，在此可与他人分享您的最佳照片，并查看其他读者是如何完成该作业的。还可以发表评论并阅读评论、鼓励建议和反馈。

术语表

© Laira Cottrill/www.lauracphotography.com

环境光线（ambient light）：是指给定设置下的可用光线，无论是房间/设置中的自然光线还是任何其他光源的光线都属于环境光线。环境光线不包括闪光灯闪光。

视角（angle of view）：镜头可以捕捉到的场景区域，这由镜头的焦距来决定。焦距较短的镜头比焦距较长的镜头的视角要宽。

光圈（aperture）：镜头打开的大小，可决定让多少光线通过。光圈用f级数值来指定。另请参见**f级**。

光圈优先（Aperture Prority）：自动相机上的一种设置，允许您选择镜头打开多少，让相机设置相应的快门速度，从而实现最佳的照片。

逆光（backlight）：指主要从拍摄对象的后面照亮该对象的情况。

反射闪光（bounce flash）：将闪光灯不指向拍摄对象，而是指向墙壁、天花板或其他坚硬的表面，让该表面反射的光线照亮拍摄对象，这样可用柔和的光线照亮它。反射的光线通常可消除阴影并为肖像摄影提供更柔和的光线。

捕获光（catch light）：在人眼内捕捉到的反射小光点。这种捕获光可让人眼中出现闪光并让眼睛更活灵活现。

色温（color temperature）：给定照片中光线的颜色。不同的光源具有不同的色温。例如家庭用灯通常偏橙色，而荧光灯则偏绿色。

反差（contrast）：照片中亮暗部分间的差别。低反差图像的反差范围有限，没有差别很大的亮暗色调区域。高反差图像则在亮暗色调区域间有很大的差别。

景深（depth of field）：照片中可以清晰对焦的区域。特别是在肖像摄影中，吸引人的照片都具有非常浅的景深，其中的人物是清晰对焦的，而背景中的所有内容都是失焦的。另请参见**f级**。

柔光板（diffuser）：指可用任何方式柔和光线的东西。可以是一张纸或窗帘，或者专为摄影师制作的商业柔光板。

数码噪点（digital noise）：数码噪点相当于胶片中的颗粒感。在非常高的ISO（通常是800或更高）下拍摄照片时，图像中就会出现噪点，让图像看起来有种颗粒感并且不太清晰。

直射光线（direct light）：指从光源直接照到拍摄对象上的光线。直射光线是没有被散射或反射的光线。

环境肖像（environmental portraiture）：在对象所处的环境中拍摄的肖像，如院子、家中、花园、工作间等。另请参见**新闻摄影风格**。

曝光（exposure）：从技术上讲，曝光就是拍摄图像。一定量的光线（由光圈控制）照到相机传感器上一定时间（由快门速度控制）就进行了曝光。

填充闪光（fill flash）：使用闪光灯设备（相机上的闪光灯或其他闪光灯）照亮拍摄对象，从而消除对象上的阴影。相机的测光表测量广阔场景的光线时，在室外肖像摄影中使用闪光灯通常可以让拍摄对象变亮。

填充光（fill light）：指不是主要照亮拍摄对象的任何光线。另请参见**主光**。

滤光镜（filter）：可放在镜头前面的玻璃或

其他材料，可改变图像的颜色或光线强度，柔和图像，去除眩光，或者完成可改进照片效果的任何工作。滤镜也可以是后期制作软件工具，用于实现各种效果。

f级（f-stop）：f级或f数是衡量镜头光圈打开大小的方法。f级中的数字增加时（即f/8、f/9、f/22），光圈的打开会变小。f级中的数字减小时（f/5.6、f/4、f/2），光圈的打开会增加。f级决定着景深，或者说画面中清晰对焦或失焦的区域。另请参见**光圈和景深**。

黄金时间（golden hour）：摄影师非常喜欢日落前的一小时，因为太阳在天空中的角度很低，光线很柔和并且呈金色，这是由于光线以很低的角度通过地球大气层所造成的。另请参见**可爱光线**。

黄金矩形（Golden Rectangle）：根据黄金分割比率1：1.618，黄金矩形是指让人眼看起来最舒服的图像区域。三分法根据黄金矩形将图像分成三份，可以指导人们进行照片构图。另请参见**三分法**。

硬光（hard light）：这种品质的光线会投下很深的阴影，对大多数拍摄对象而言都是不好的。另请参见**直射光线**。

高调（high key）：指图像中主要都是淡色调，并且反差较低。拍摄对象在照片中很突出，因为肤色看起来比衣服和背景都要暗。与之相反的是低调照片。另请参见**低调**。

间接光线（indirect light）：指已经过散射或反射的光线。间接光线不是直接来自于光源的。另请参见**柔光**。

ISO设置（ISO setting）：ISO设置决定了相机的感光性。在胶片相机中，胶片都具有一定的ISO值，如100、200、400等。在数码相机中可以设置ISO，让相机具有更高或更低的感光性。ISO越高，在较暗环境中所拍摄的照片越好，但是也会在最终图像中出现更多的颗粒感或噪点。另请参见噪点。

JPEG：这种图像格式会压缩相机中的图像数据，从而实现更小的文件尺寸。另请参见**有损压缩**。

引导线（leading lines）：环境中的各种线条，如道路、小路、边缘、栏杆和阴影都可作为可视的线条，将人们的视线吸引到照片中的拍摄对象上，或者让视线沿具体的方向通过照片。

无损压缩（lossless）：一种文件颜色类型，不会丢弃任何图像数据。TIFF就是一种无损文件格式。

有损压缩（Lossy）：在压缩图像数据的同时会丢弃一些数据，通常是在将图像数据压缩到更小尺寸时丢弃一些数据。压缩率越高，丢弃的数据越多，并且图像的质量越低。JPEG是一种有损压缩文件类型。

低调（low key）：指图像中主要都是暗色调，拍摄对象通常是淡色调的，从而能够在照片中很突出。与之相反的是高调照片。另请参见**高调**。

主光（main light）：指为要拍摄的对象提供主要照明的光线。另请参见**填充光**。

兆像素（megapixels）：等于1百万像素。数码相机是通过兆像素来衡量的，像素数

越高，可以打印的尺寸就越大。例如，2兆像素的相机可以得到4×6的高质量打印件，而8兆像素的相机可以得到10×14的高质量打印件。另请参见**像素**。

噪点（noise）：数码照片中出现的颗粒感，通常是由于低光情况和长时间曝光所导致的，特别是将相机设置在较高ISO设置值时。

新闻摄影风格（photojournalistic style）：用抓拍的方式捕捉无摆姿的自然照片，新闻摄影风格更多的是寻找并捕捉抓拍的瞬间，而不是传统摆姿的肖像。另请参见**环境肖像**。

像素（pixel）："图片元素"（Picture Elements）的缩写，是组成数码图像的单位。另请参见**兆像素**。

傻瓜相机（point and shoot）：与SLR相机相比，这种相机没有可更换的镜头，通常更容易使用并且更紧凑。另请参见SLR。

红眼（red-eye）：用闪光灯拍摄时的一种效果，是由于光线从人眼视网膜上反射回来造成的。这在低光情况下最常见（此时虹膜打开的比较大），以及电子闪光灯距离镜头比较近，因此很容易将光线直接反射回来。这会在人眼中造成发红光的效果。

反光板（reflector）：可以将光线反射到拍摄对象上的设备。反光板可以反射闪光灯/频闪灯的光线或自然光。

Rembrandt照明（Rembrandt lighting）：这种照明方式使用一个光源，并且光源与拍摄对象呈45°角，可让图像具有很强的三维立体感。

轮廓光（rim light）：拍摄对象头发四周的轮廓和光晕效果，通过将光源放在拍摄对象后面即可实现。

三分法（Rule of Thirds）：根据黄金矩形的法则，三分法指可以将图像在水平和垂直方向上分为三个部分。最佳的拍摄对象放置方法就是将它置于这些分隔线的交点上。这个规则不让您将所有对象放在照片的中心，相反，三分法指出您应该将拍摄对象放在偏离中心的地方，这样照片的构图才会更有趣。另请参见**黄金矩形**。

深褐色照片（sepia）：呈褐色色调的照片，是彩色或黑白照片很好的替代品。深褐色照片看起来很古老。可通过镜头上的滤光镜或数码后期处理来实现这种色调效果。

快门速度（shutter speed）：镜头快门打开的时间长短，从而让光线到达胶片或传感器；用分数来表示，如1/30s、1/60s、1/125s和1/500s。快门速度和f级组合起来可确定曝光。

SLR：单镜头反光是指这种相机允许您用拍照时使用的相同镜头查看场景。在大多数使用固定镜头的傻瓜相机中，查看场景与拍摄照片使用的是不同的镜头。

柔光（soft light）：这种品质的光线可造成很轻柔的阴影，很适合大多数拍摄对象。另请参见**间接光线**。

反射高光（specular hightlight）：光源（天空、太阳或闪光灯）在拍摄对象上的反射光。其他的例子包括捕获光，这是在照片的人眼中看到的白点；树叶上很明亮的光点，这在肖像中会让人很分心；以及使用侧面的光线时，通常在鼻子上看到的柔和光线线条。

可爱光线（sweet light）：这是很多摄影师的一个秘诀，这种光线出现在黎明和黄昏时，此时太阳的角度比较低。这种光线得到的效果是拍摄对象沐浴在柔和并且轻柔的光线中，突出了对象的造型，并且通常是大气光线。另请参见**黄金时间**。

TIFF：一种无损压缩的文件存储格式，因此不会丢失任何图像细节。TIFF图像文件可能非常大。另请参见**无损压缩**。

白平衡（white balance）：任何给定数码图像中都可能出现色偏，使用软件或相机中的硬件可以解决该问题。